













التدبير العام

في

# الصحة العامة

تأليف

الدكتور رشدي

حكيمباشي محافظة مصر

وحكيمباشي استتالية مديرية القيوم ومفتش صحة مديريات اصوان  
والقليوبية والبحيرة سابقاً

حقوق الطبع محفوظة

A

GENERAL GUIDE-BOOK

IN

HEALTH and DISEASE

BY

*Dr. Mohammed Rushdi*

Principal Medical Officer, Cairo Governorate.

مطبعة الجريدة بمصر







# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## مقدمة

الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى . كما قال  
أحد فلاسفة الأطباء الأقدمين . ولما كانت قوانين الصحة وطرق  
تديرها للوقاية من الأمراض قبل حدوثها ولشفائها بعد الوقوع فيها  
لا تعلم جيداً ما لم يعلم أولاً تركيب جسم الإنسان ووظائف أعضائه  
المختلفة رأيت أن أقدم الكلام على تركيب الجسم الإنساني ووظائف  
أعضائه تمهيداً لما سأورده من القوانين الصحية الشاملة لمعيشة الإنسان  
في جميع أطوار حياته وقد قسمت ذلك إلى أبواب وفصول متتابعة  
يتوقف فهم بعضها على بعض كما ستري



# الباب الاول

## جسم الانسان

يتركب الجسم من أجزاء صلبة وهي العظام . وأجزاء أقل صلابة وهي الغضاريف . وأجزاء رخوة وهي العضلات . والاربطة والاورتار والشرابين . والاوردة والاعصاب . وسائلة وهي الدم والسوائل الأخرى التي عليها مدار الحياة

### المهكل العظمي

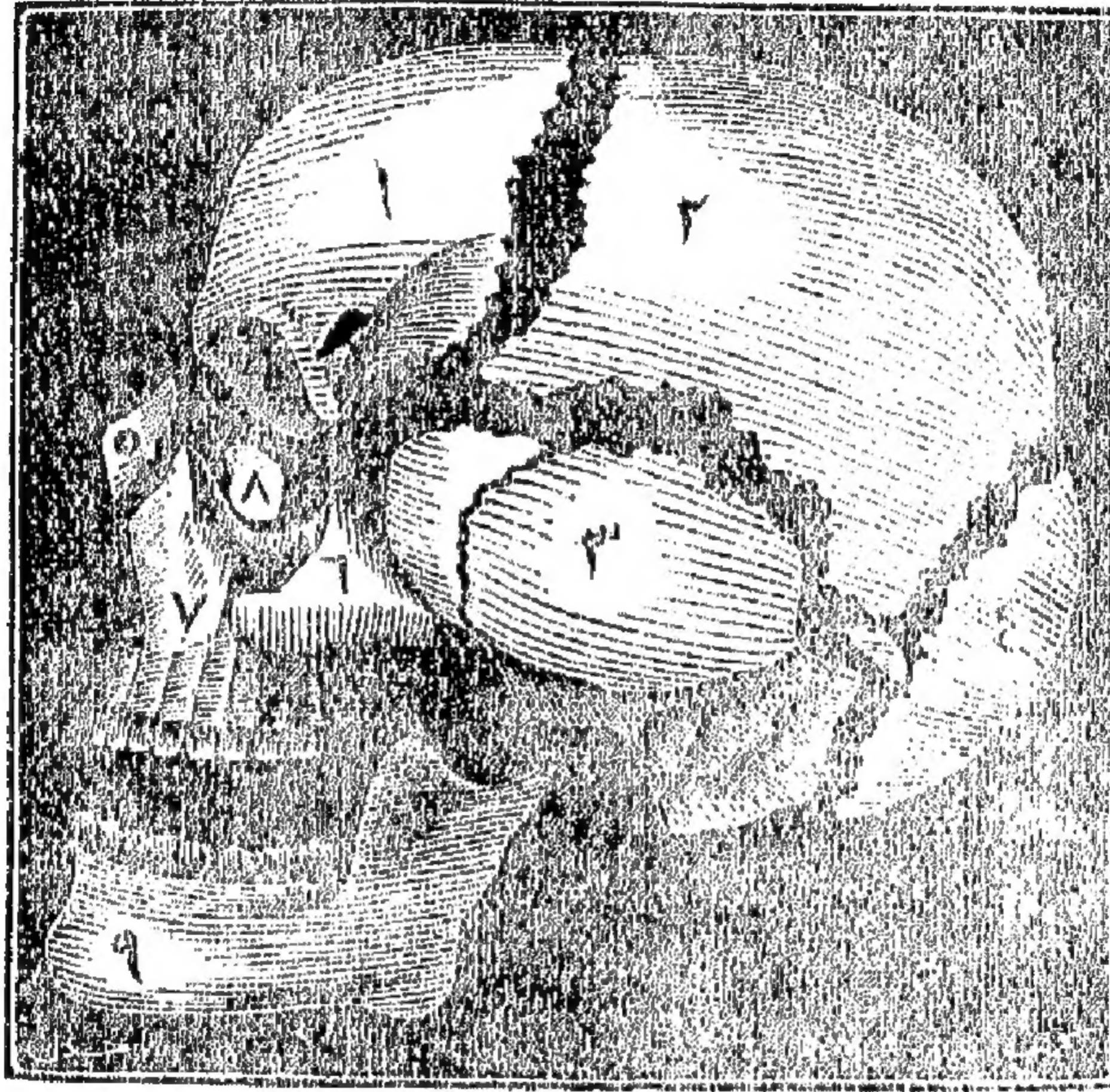
يتكوّن مجموع العظام من الرأس . والجذع . والاطراف  
فالرأس — عبارة عن علة عظمية تحتوي على المنخ والمخينخ  
وتتكون من جملة عظام تتصل ببعضها بتدارين وفي الجهة المقدمة  
للرأس توجد عظام الوجه

الوجه — يتكون من جملة عظام تتكوّن جملة تجاويف وفيها  
أعضاء الحواس كالعينين مجلس البصر . والانف مجلس الشم .



والأذنين مجلس السمع . والفم مجلس الذوق  
ويوجد في الجزء المقدم العلوي للعنق بأعلى غضاريف الخنجرية  
عظم هالالي يسمى بالعظم اللامي

شكل (١) الرأس \*

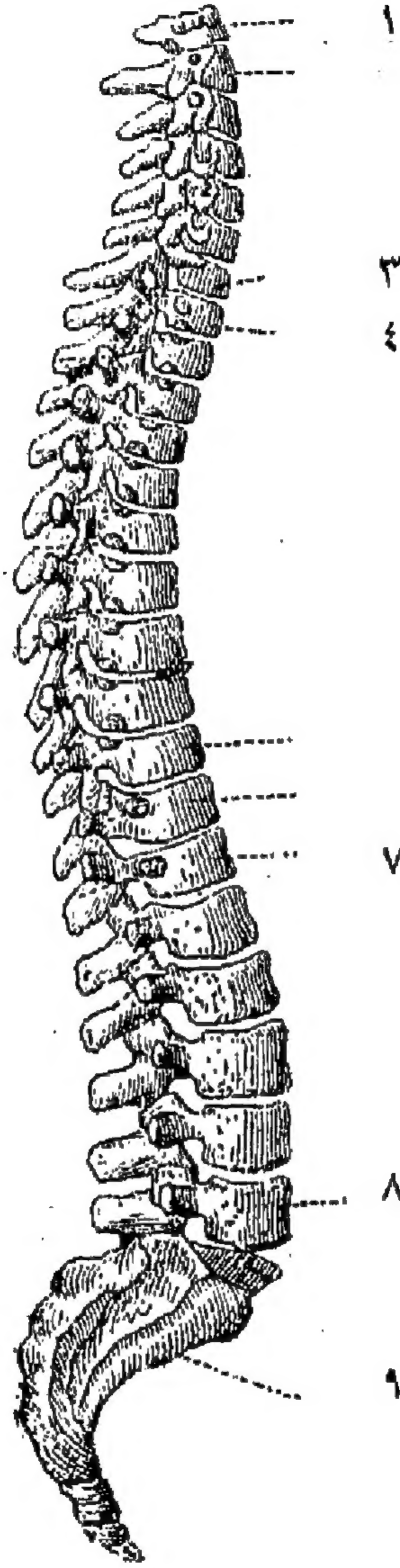


\* (١) (العظم الجبهي) (٢) احد العظمين الجداريين (٣) احد العظمين  
الصدغيين (٤) العظم المؤخري (٥) العظم الأثني (٦) العظم الوجني (٧)  
الفك العلوي (٨) العظم الظفري (٩) الفك السفلي

الجذع — يتكوّن من العمود الفقري المكوّن من جملة عظام  
تسمى بالفقرات التي باجتماعها مع بعضها تكوّن ساقاً عظميةً محفورة  
من الوسط كقناة فيها النخاع الشوكي وتمتد من الرأس المحمول عليها  
الى الحوض



شكل ٢ العامود الفقري — اي سلسلة الظهر \*



\* من ١ لغاية ٣ فقرات العنق وعددها سبعة ومن ٤ لغاية ٧ فقرات الظهر وعددها ١٢ ولغاية ٨ فقرات القطن وعددها ٥ (٩) متجمعة مع بعضها ويتكون منها عظم العجز والعصعص الاول من الخمس فقرات والثاني من اربع وبجانب الفقرات توجد جملة ثقب تخرج منها أوعية الشرايين وأعصابه



الاضلاع — هي أقواس عظمية تتصل بالفقرات من الخلف  
وبعض القص من الامام بواسطة غضاريف وعددها ١٢ من كل جهة وهي  
المكونة للقفص الصدري المحتوي على الاحشاء الصدرية القلب والرئتين  
الاطراف — أربعة اثنان علويان واثنان سفليان

الطرفان العلويان — يتركبان من المنكب والمضد . والساعد  
واليد ومنفعتهما جذب الاجسام الخارجية جهة الجسم أو دفعها عنه  
المنكب — يتكون من عظم الترقوة من الامام ومن عظم  
اللوح من الخلف

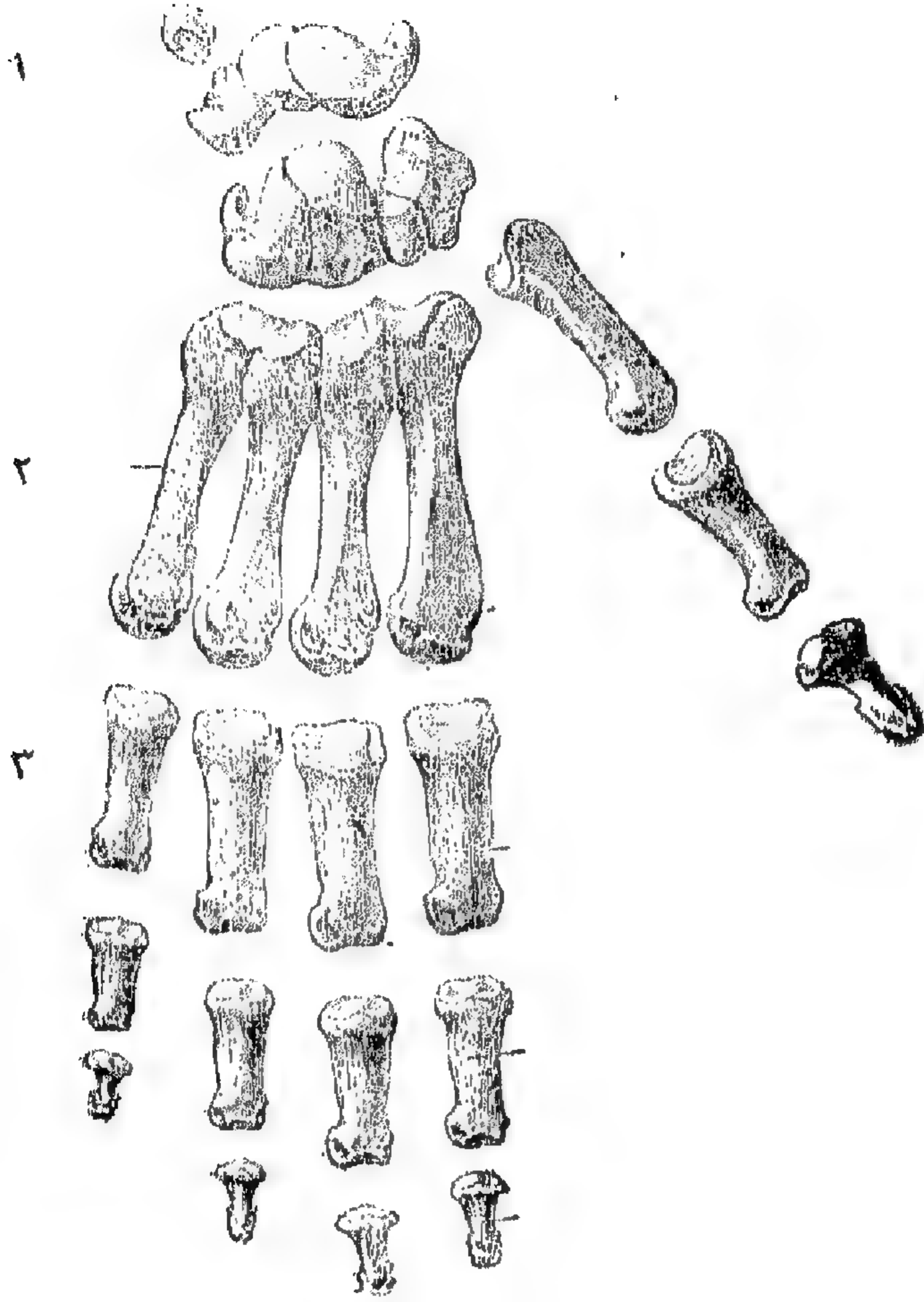
المضد — يتصل من أعلى بعظم اللوح ومن أسفل بعظم الساعد  
الساعد — يتكون من عظمين موضوعين بجانب بعضهما وينضمان  
بطرفيهما العلويين مع العضد وبطرفيهما السفليين مع اليد  
اليد — تتكون من الرسغ . والمشط . والاصابع  
الرسغ — يتكون من ثمانية عظام مكونة في صفين  
المشط — المعروف بالكف يتكون من خمسة عظام طويلة وهي

تحمّل الاصابع

الاصابع — مكونة كل منها من ثلاث سلاميات ما عدا الابهام  
فانها مكونة من اثنين فقط



شكل (٣) عظام اليد وسلاميات الاصابع \*



\* (١) عظام الرسغ (٢) عظام المشط (٣) عظام سلاميات الاصابع

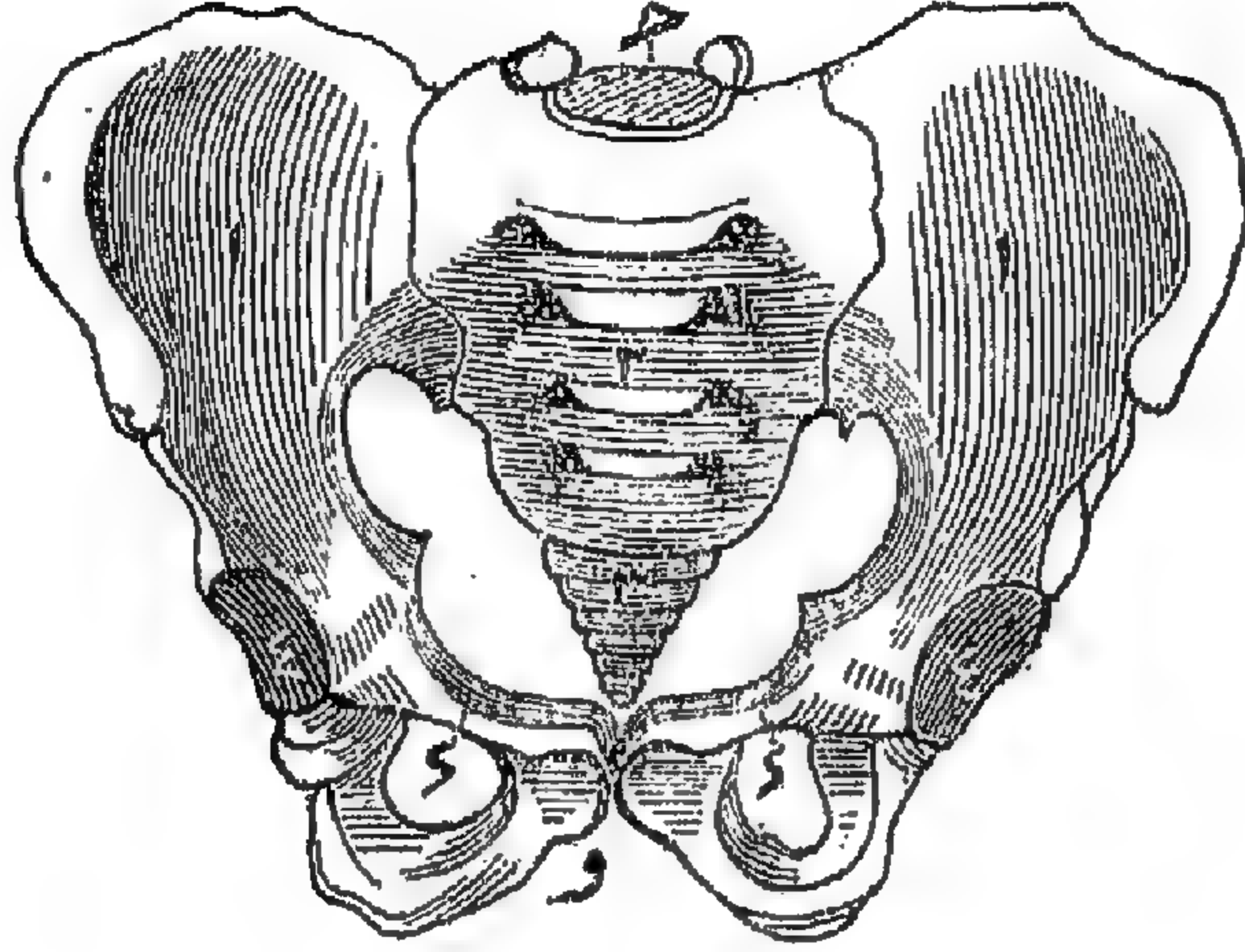
الطرفان السفليان — مكونان من الحوض والفخذ والساق والقدم

الحوض — مكون من العظمين الحرقفيين وكل منهما مكون من

ثلاثة عظام



شكل (٤) عظام الحوض \*



\* (١) و (١) العظام الحرقية (٢) العصص (٣) المعجز  
(٤) و (٤) الحفرتان الحقيتان لرأس الفخذ

الفخذ — عظم طويل يتصل من أعلى بعظم الحرقية ومن  
أسفل مع الساق

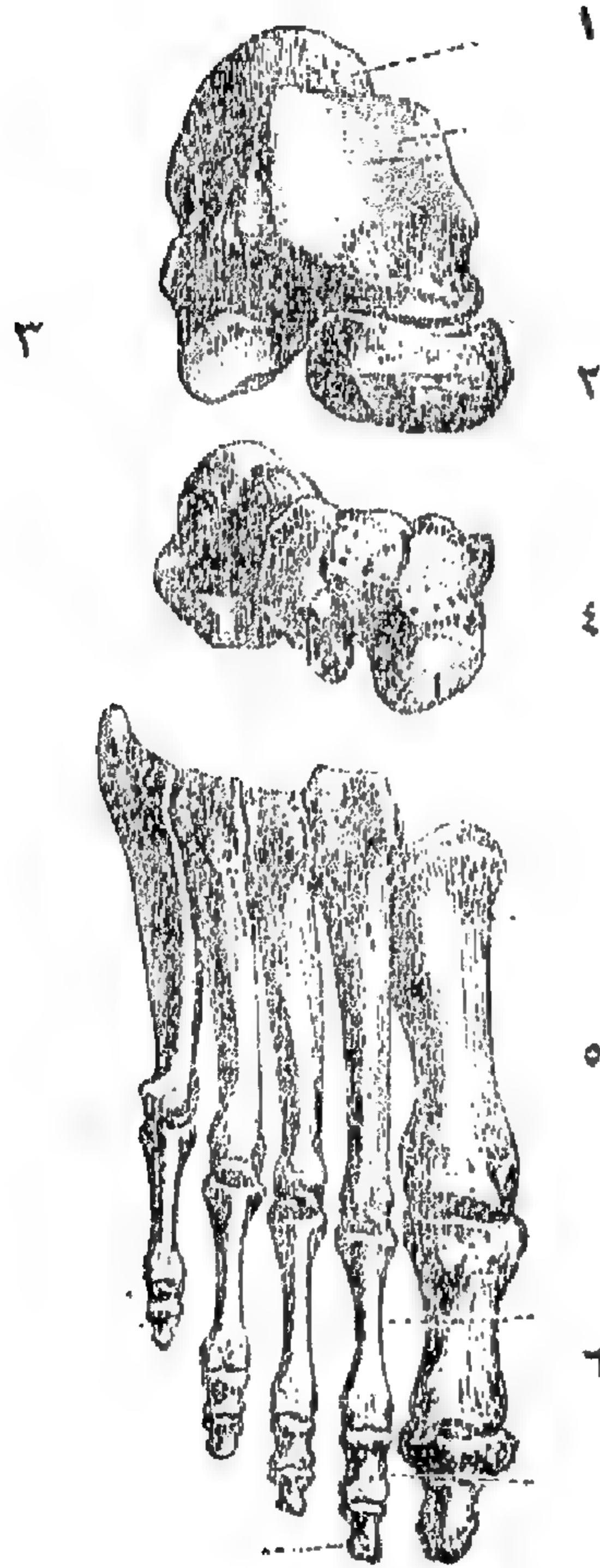
الساق — مكونة من عظامين كالساعد يتصلان من طرفهما العلوي  
بالطرف السفلي للفخذ ومن الأسفل بالقدم

وفي المفصل المكون من انضمام الساق بالفخذ أي مفصل الركبة  
يوجد عظم صغير مستدير يسمى بعظم الرضفة

القدم — تتكون من عظام الرسغ . والمشط والاصابع كعظام اليد



شكل (٥) عظام القدم وسلاميات أصابعه \*

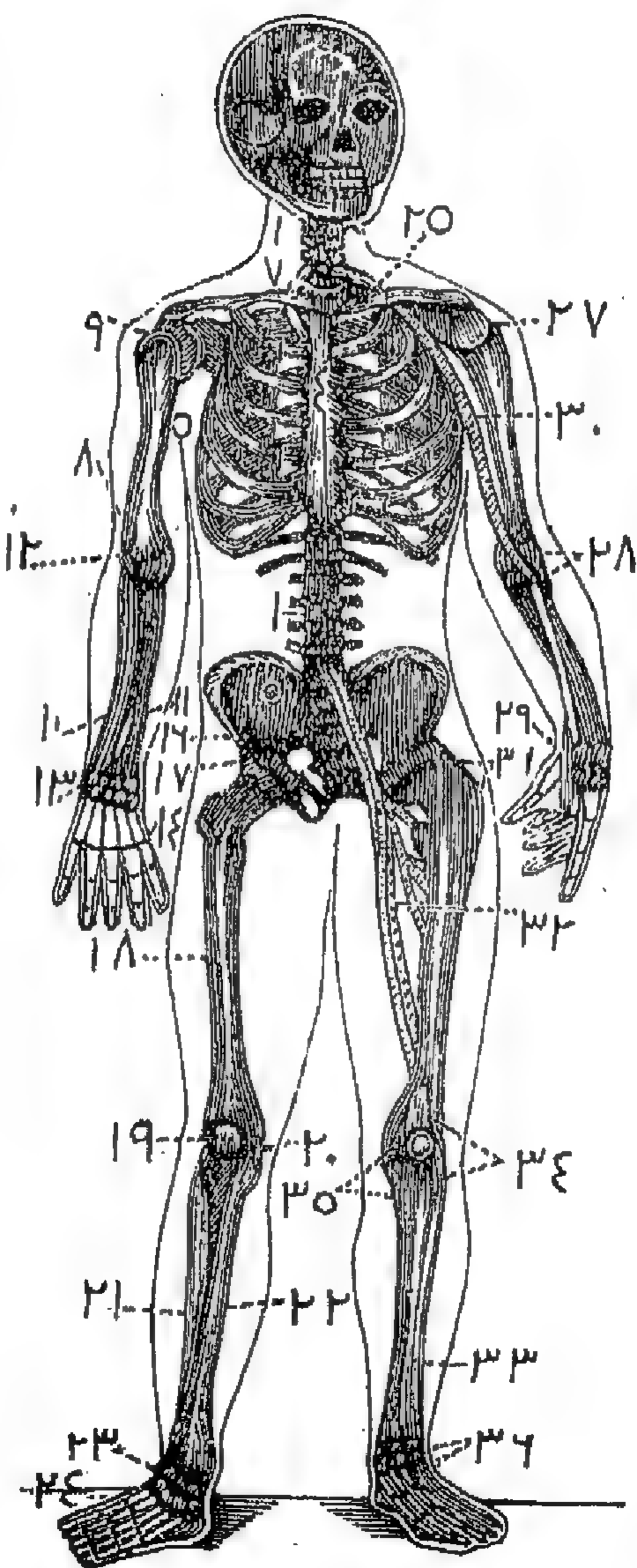


\* (١) عظم العقب (٢) الكعب الانس (٣) الكعب الوحشي (٤) عظام  
الرسغ (٥) عظام المشط (٦) سلاميات الاصابع



شكل (٦) الهيكل العظمي من الامام \*

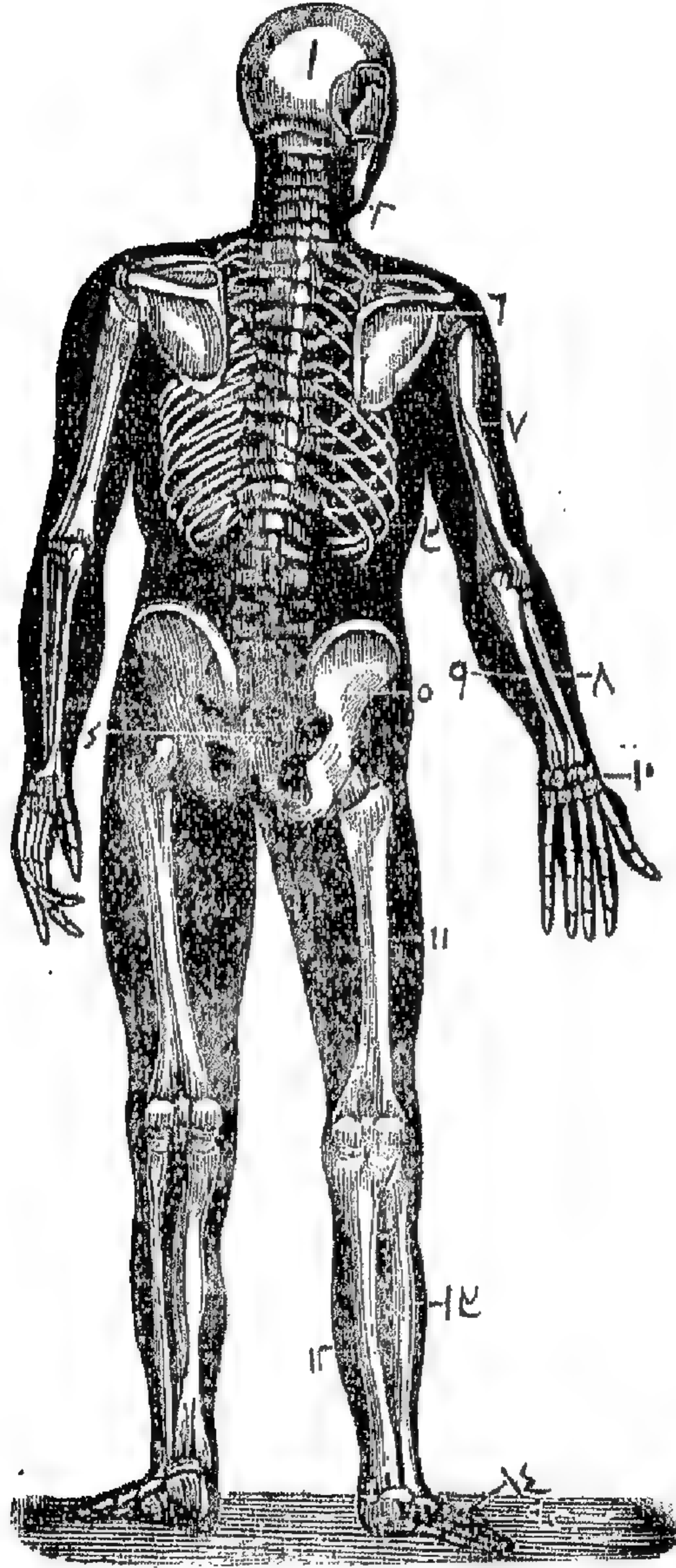
\* (١) المود الفقري (٢) الجمجمة (٣) الفك السفلي (٤) القص (٥) الاضلاع (٦) غضاريف الاضلاع (٧) الترقوة (٨) العضد (٩) المنكب (١٠) الكعبرة (١١) الزند (١٢) المرفق (١٣) عظام راس اليد (١٤) اليد (١٥) المعظم الحرقفي (١٦) المعجز (١٧) الورك (١٨) الفخذ (١٩) الرضفة (٢٠) الركبة (٢١) الشظية (٢٢) القصبة (٢٣) الكاحل (٢٤)



الرجل (٢٥) و (٢٦) اربطة القص والترقوة والاضلاع (٢٧) و (٢٨) و (٢٩) اربطة المنكب والمرفق والرسغ (٣٠) الشريان المضدي الكبير (٣١) اربطة الورك (٣٢) الشريان الفخذي الكبير (٣٣) الساق (٣٤) و (٣٥) و (٣٦) اربطة الرضفة والركبة والكاحل



شكل (٧) الهيكل العظمي من الخلف \*

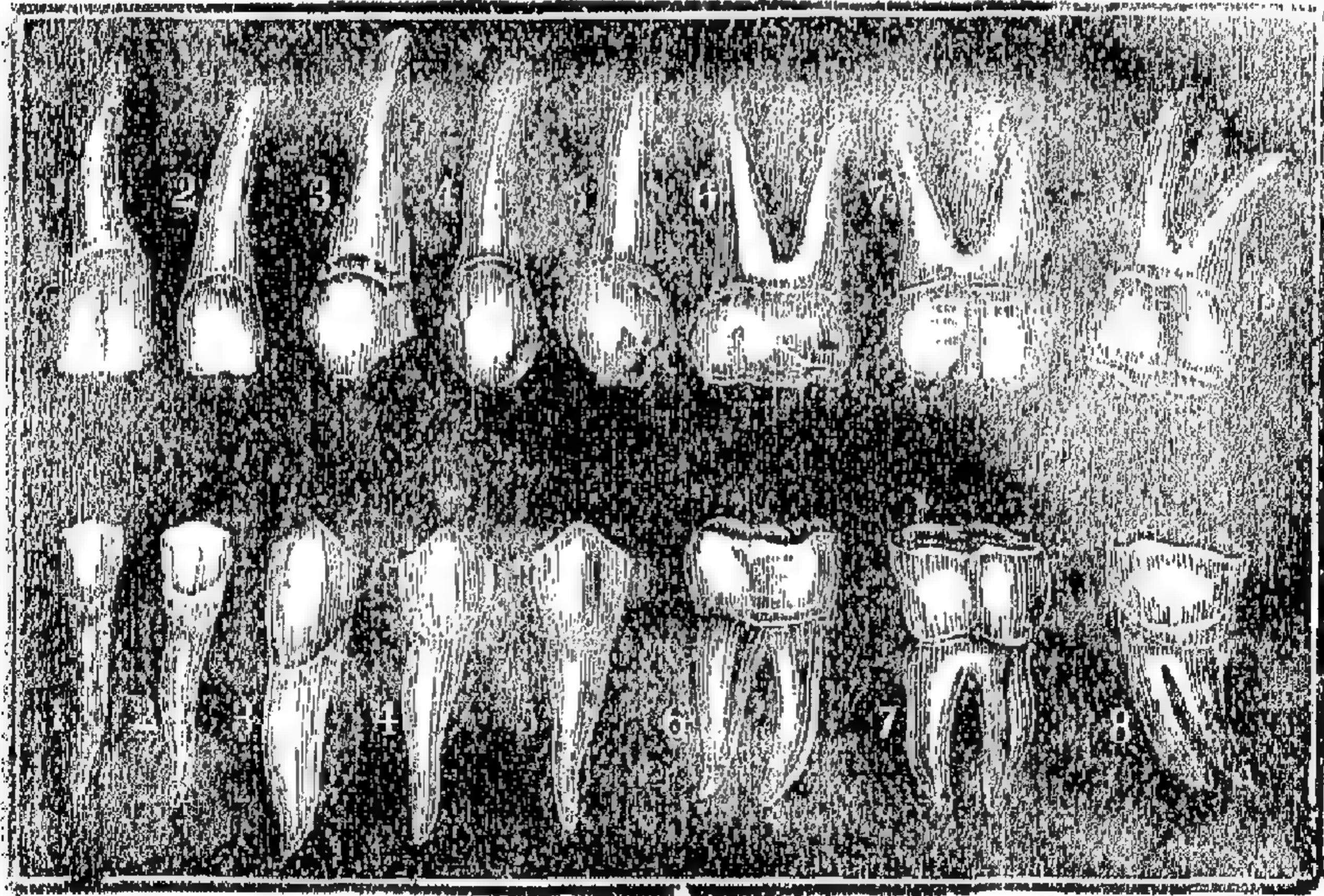


- \* (١) العظم المؤخري (٢) فقرات الظهر (٣) الاضلاع (٤) المعبر  
(٥) العظم الحرقفي (٦) عظام اللوح (٧) المضد (٨) الكمبره (٩) الزند (١٠)  
اللوح (١١) الفخذ (١٢) القصبة (١٣) الشظية (١٤) الرجل



الاسنان — هي تولدات عظمية توجد في أسناخ الفك العلوي والسفلي وعددها ٣٢ في كل فك ١٦ وهي على ثلاثة أنواع . قواطع ، وأنياب ، وأضراس ، ولكل منها وظيفة خاصة بها فالقواطع تقطع الاطعمة وتفتتها والانياب تمزقها والاضراس تطحنها . وعدد القواطع ثمانية ، اربع في كل فك والانياب اربع اثنا عشر في كل فك والاضراس عشرون في كل فك عشرة منها

شكل (٨) أسنان نصف الفك العلوي والسفلي \*



\* (١ و ٢) القواطع (٣) أنياب (٤ و ٥) الاضراس المقدمة (٦ و ٧) الاضراس الخلفية أي الطواحين (٨) ضرس العقل

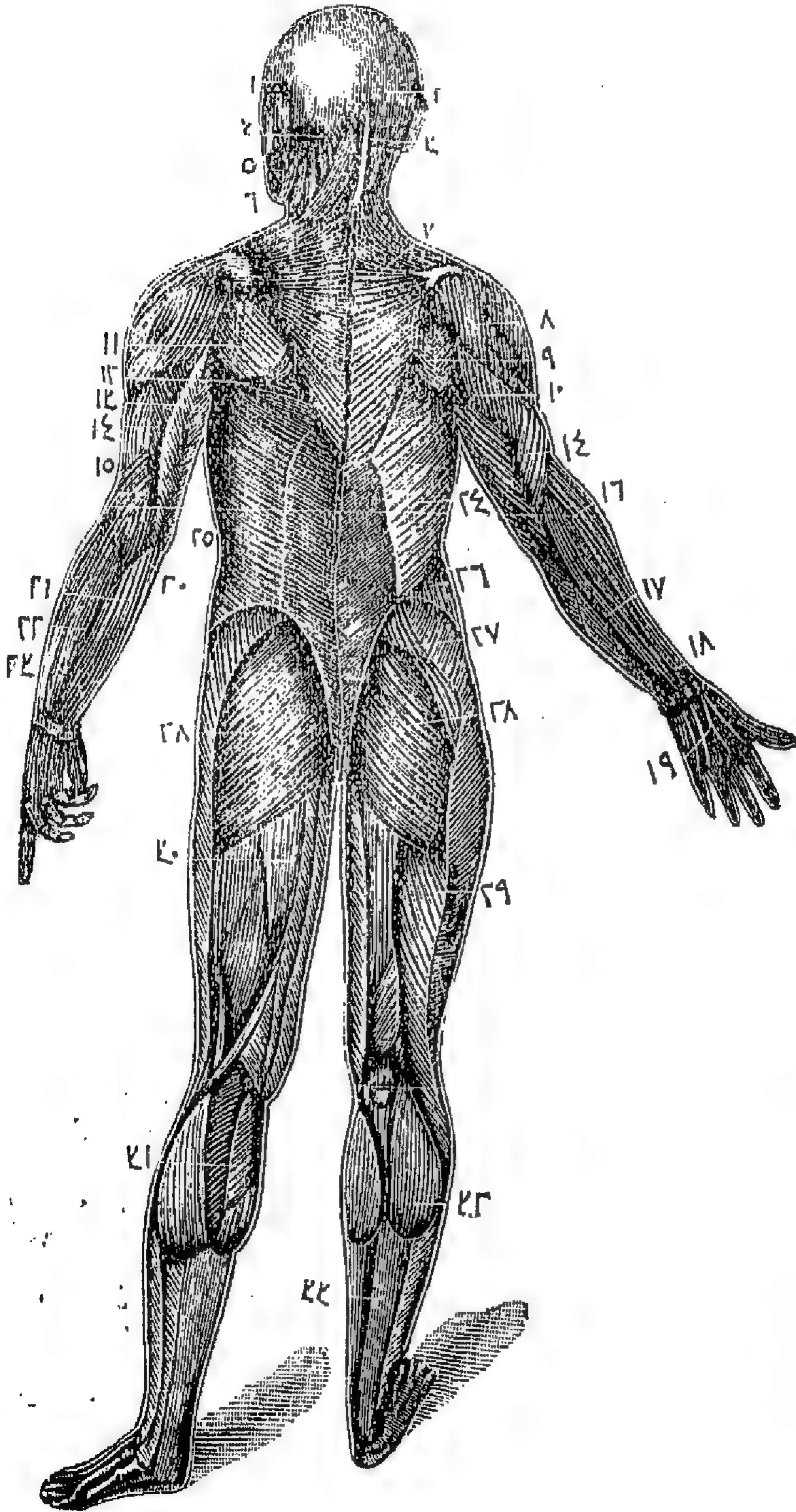
المضلات — وتعرف عند العامة باللحم وهي التي تكسو العظام ومعدة لحركة الاعضاء بقوة انقباضها وانبساطها وأشكالها مختلفة باختلاف وظائفها وكل منها له وظيفة







شكل (١٠) عضلات الجسم من الخلف \*



\* (١) العضلة الصدغية (٢) المؤخرية الجارية (٣) الماضغة (٦) القصبية الرفيعة الخلفية (٨) الدالية (١٥) الباطنة الكبيرة

(١٩) الكتف والذراع (٢٠) الكتف والذراع (٢١) الكتف والذراع (٢٢) الكتف والذراع (٢٣) الكتف والذراع (٢٤) الكتف والذراع (٢٥) الكتف والذراع (٢٦) الكتف والذراع (٢٧) الكتف والذراع (٢٨) الكتف والذراع (٢٩) الكتف والذراع (٣٠) الكتف والذراع (٣١) الكتف والذراع (٣٢) الكتف والذراع



الاربطة — مادة مرنة أقل صلابة من الغضاريف ووظيفتها  
ربط العظام ببعضها وموضوعة بقرب المفاصل ومرتبطة بالعظام  
الاورتار — توجد في أطراف العضلات وترتبط بالعظام لتحريك  
العظام عند انقباض العضلات

الغضاريف — مادة لينة أقل صلابة من العظام ووظيفتها  
تغطية أطراف العظام

الاعصاب — عبارة عن حبيبات صغيرة بيضاء متفرعة الى جملة  
فروع وفروع منبثة في جميع نطق الجسم ووظيفتها الحس والحركة  
الشرايين — هي أوعية ناشئة من القلب بجذعين اصليين تفرع  
منها جملة فروع وفروع في جميع نطق الجسم بشكل قنوات  
مستطيلة يمر منها الدم الشرياني وليس بها صمامات أي حواجز  
الاوردة — هي قنوات مستطيلة كالشرايين يمر فيها الدم  
الوريدي جذرها أرق من الشرايين ولذا تنطبق على بعضها عند  
فراغها من الدم بخلاف الشرايين فانها تبقى مفتوحة وبها صمامات لمنع  
رجوع الدم أثناء سيره بها

الغدد — هي أعضاء تختلف في الحجم والشكل ووظيفتها افراز



المواد كاللعاب من الغدد اللعابية في الفم والصفراء من الكبد والبول بواسطة الكليتين واللبن من الثدي . ويحتوي الجسم على أعضاء حيوية لا حياة له بدونها وهي

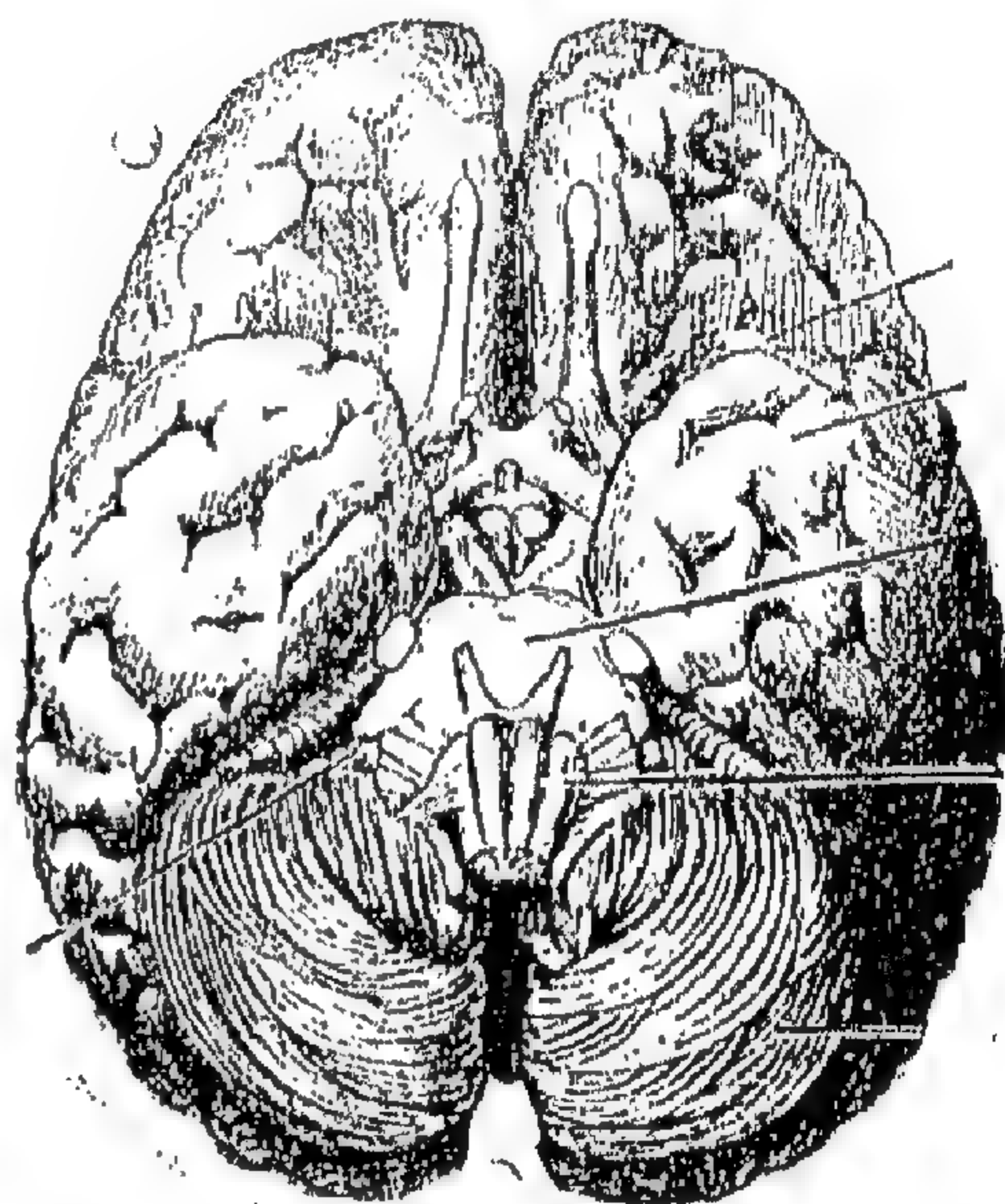
### المجموع العصبي

يتكون من المخ والمخيخ والنخاع الشوكي والنخاع المستطيل والاعصاب والعظيم السمباتوى

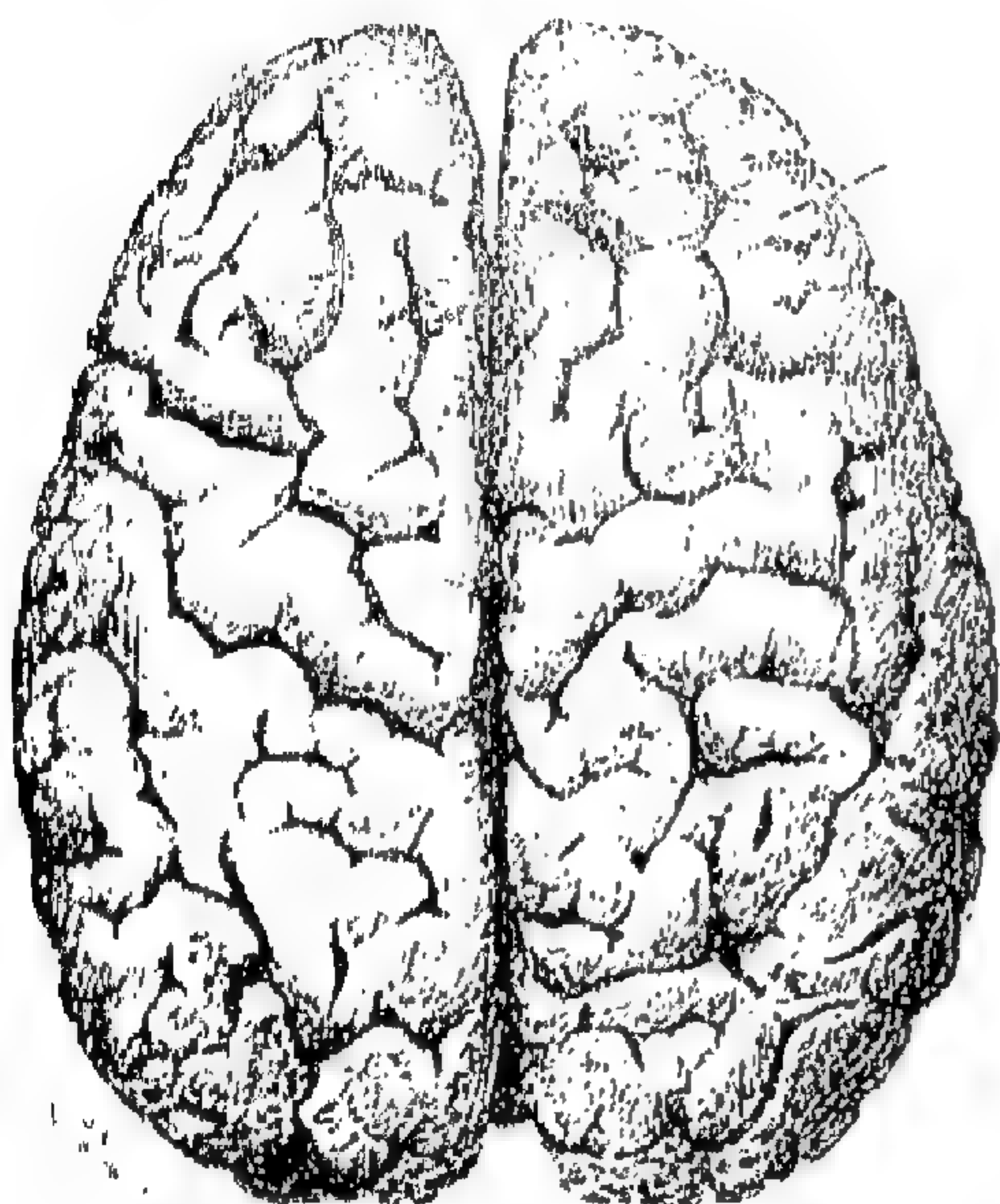
المخ — ويسمى بسلطان الارادة وهو الجزء الاكبر من باقي أجزاء الدماغ وموضوع في الجزء المقدم العلوي من تجويف الجمجمة ومغلف بثلاثة غشاءات تسمى بالسحايا وظيفتها وقاية المخ من الصدمات التي تطرأ على الجسم ووظيفة المخ ادارة الحواس الخمس أي ان الانسان لا يبصر ولا يسمع ولا يشم ولا يذوق ولا يحس ولا يتحرك الا بواسطته ولذا سمي بسلطان الارادة فهو الحاكم العام على تلك الوظائف ويخرج منه أعصاب تمتد لهذه الاعضاء وغيرها لتوصل له الارادة ليحكم بها



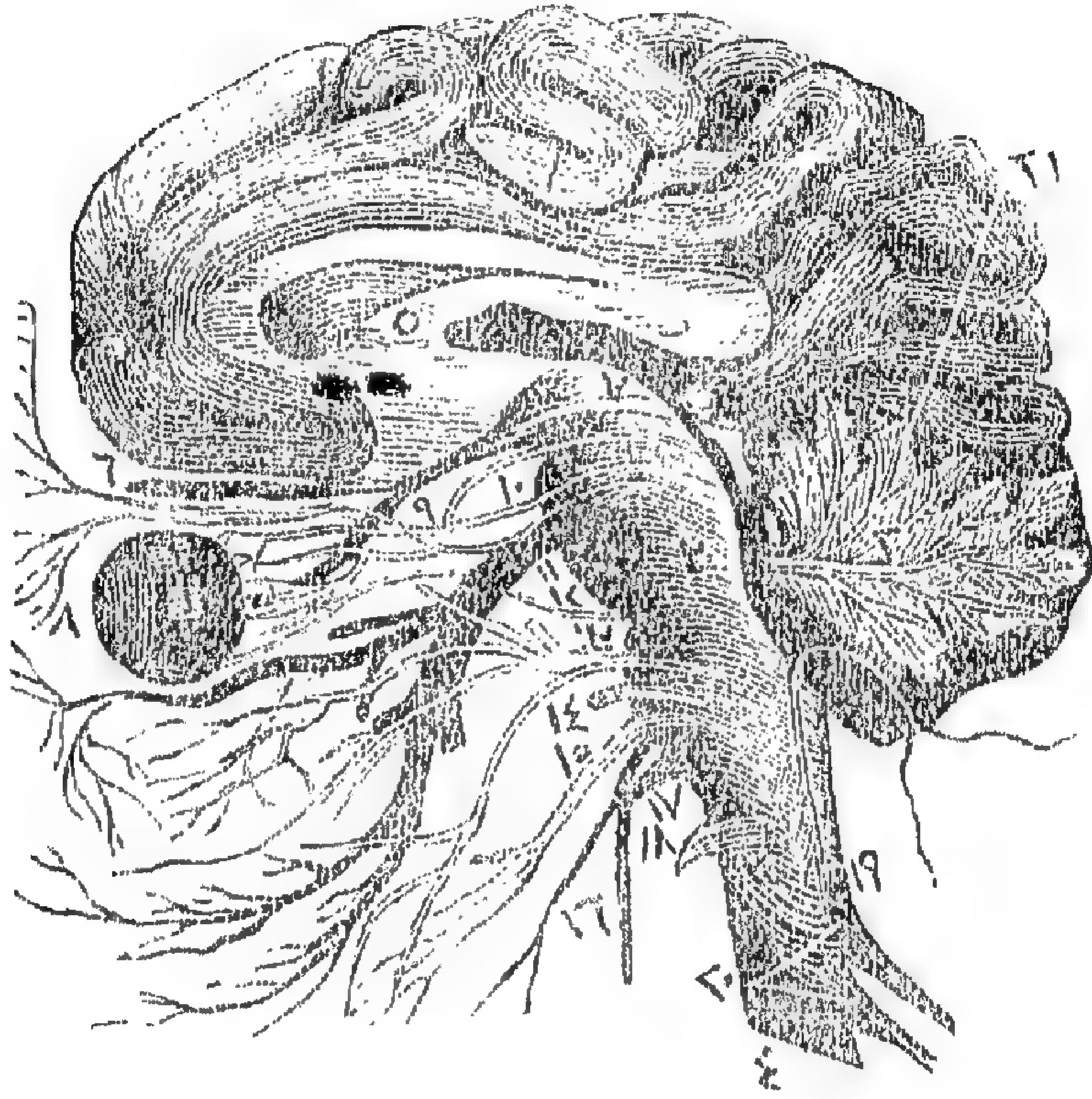
شكل (١١) السطح السفلي للمخ



شكل (١٢) السطح العلوي للمخ



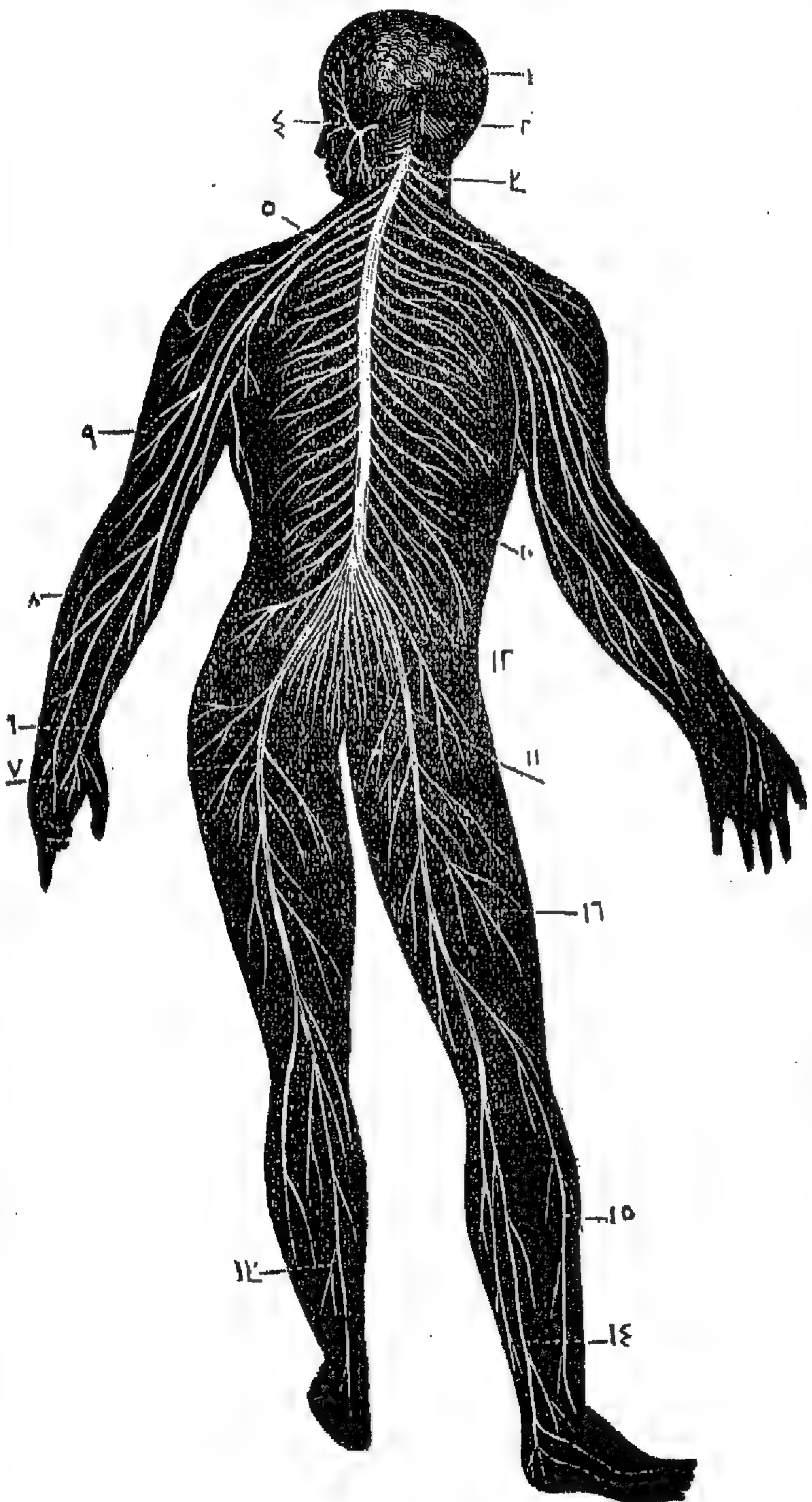
شكل (١٣) مقطوع المخ والمخيخ وأعلى النخاع الشوكي  
والاعصاب الخارجة منه \*



\* (١) منظر المخ (٢) المخيخ تظهر فيه هيئة شجرة الحياة (٣) النخاع  
المستطيل (٤) النخاع الشوكي (٦) العصب الشمي (٧) العصب البصري (٨)  
أعصاب المقلة (٩ و ١٠ و ١٢) أعصاب تتفرق في عضلات العين (١١) أعصاب  
الذوق والاسنان (١٣) الاعصاب المتفرقة مع الوجه (١٤) العصب السعبي  
(١٥ و ١٦ و ١٨ و ١٩) أعصاب متفرقة في اللسان والحنجرة والحنق (٢٠)  
الاعصاب الشوكية



شكل (١٤) منظر الدماغ والنخاع الشوكي من الخلف والاعصاب الخارجة منه \*



\* (١) منظر المخ (٢) المخيخ (٣) النخاع الشوكي (٤) أعصاب الوجه (٥) الضفيرة العنقية (٦) و ٧ و ٨ و ٩)

أعصاب الذراع (١٠) الأعصاب المارة تحت الأضلاع (١١) الضفيرة العجزية (١٢) الضفيرة القطنية (١٣) و ١٤ و ١٥ و ١٦ باقي الأعصاب المتفرعة من الأعصاب المذكورة

العظيم السمباتوى — يتكون من عدة عقد منضمة مع بعضها بواسطة خيوط عصبية يمتد على طول العمود الفقري ويخرج منه جملة فروع الى الاعضاء غير الارادية كالقلب والرئتين والمعدة ووظيفته ادارة التنفس والدورة والهضم بدون انقطاع ليلاً ونهاراً

---

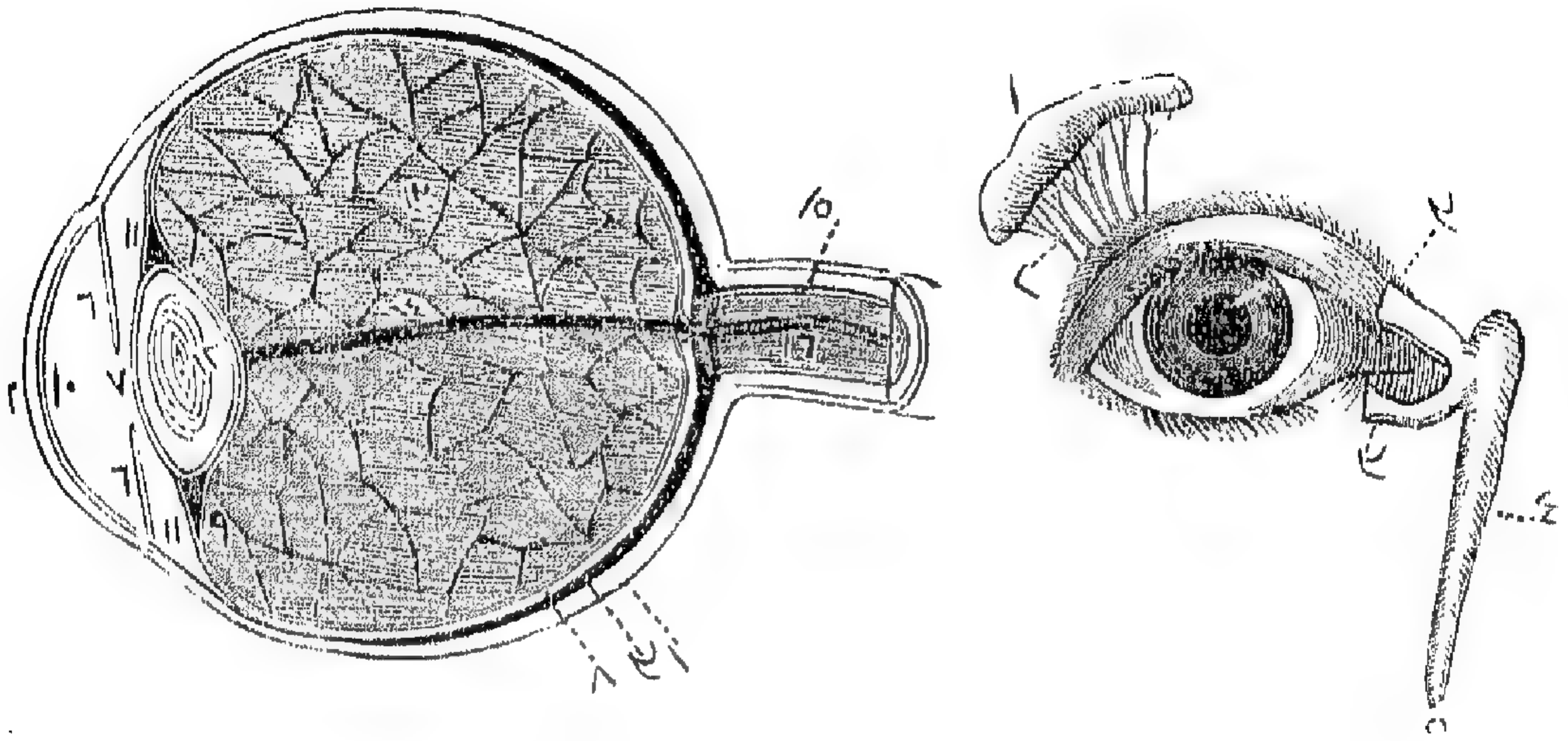
### الحواس الخمس

حاسة الابصار — العين هي عضو الابصار تتكون من أجزاء أصلية وأجزاء اضافية فالأصلية متجمعة مع بعضها مكونة لجسم كروي الشكل يسمى كرة العين والاضافية موضوعة حول هذه الكرة ومنفعتها تنحصر في ثلاثة أشياء ( الاول ) حفظ الكرة من المؤثرات الخارجية وهذه الوظيفة تؤدي بواسطة الاجفان والحواجب (الثاني) لتنظيف وغسل وانزلاق السطح الشفاف للكرة وذلك بواسطة الجهاز الدمعي (الثالث) لتحريك كرة العين وجعلها في موضع مناسب لقبول الاشعة الضوئية وتؤدي بواسطة العضلات



شكل ١٥ \*

شكل ١٦ مقطوع كرة العين \*\*



\* (١) الغدة الدمعية (٢) القنوات الخارجة منها الى العين (٣) ميق العين وفيه فتحة القناة الدمعية الواصلة للأنف

\*\* (١) كرة العين مركبة من أجزاء حافظة وهي الاغشية تعد من الظاهر الى الباطن وهي (١) الصلبة (٢) القرنية (٣) المشيمية (٦ و ٦) القزحية (٧) الحدقة (٨) الشبكية (١٠ و ١١) خزانتا العين (١٢) البلورية (١٣) الجسم الزجاجي (١٥) العصب البصري (١٤ و ١٦) أحد شرايين العين

كيفية الابصار — ان الاشعة الآتية من أي مرئي تدخل في العين من القرنية الشفافة وتمر في الحدقة (النبي) فالأوساط الشفافة ثم تسقط على الشبكية وترسم عليها صورة المرئي وبواسطة العصب البصري المفروش على الشبكية تنتقل الصورة الى المخ فيحكم بها

حاسة السمع — مجاسها الاذن وبواسطتها تعرف الاصوات والحكم

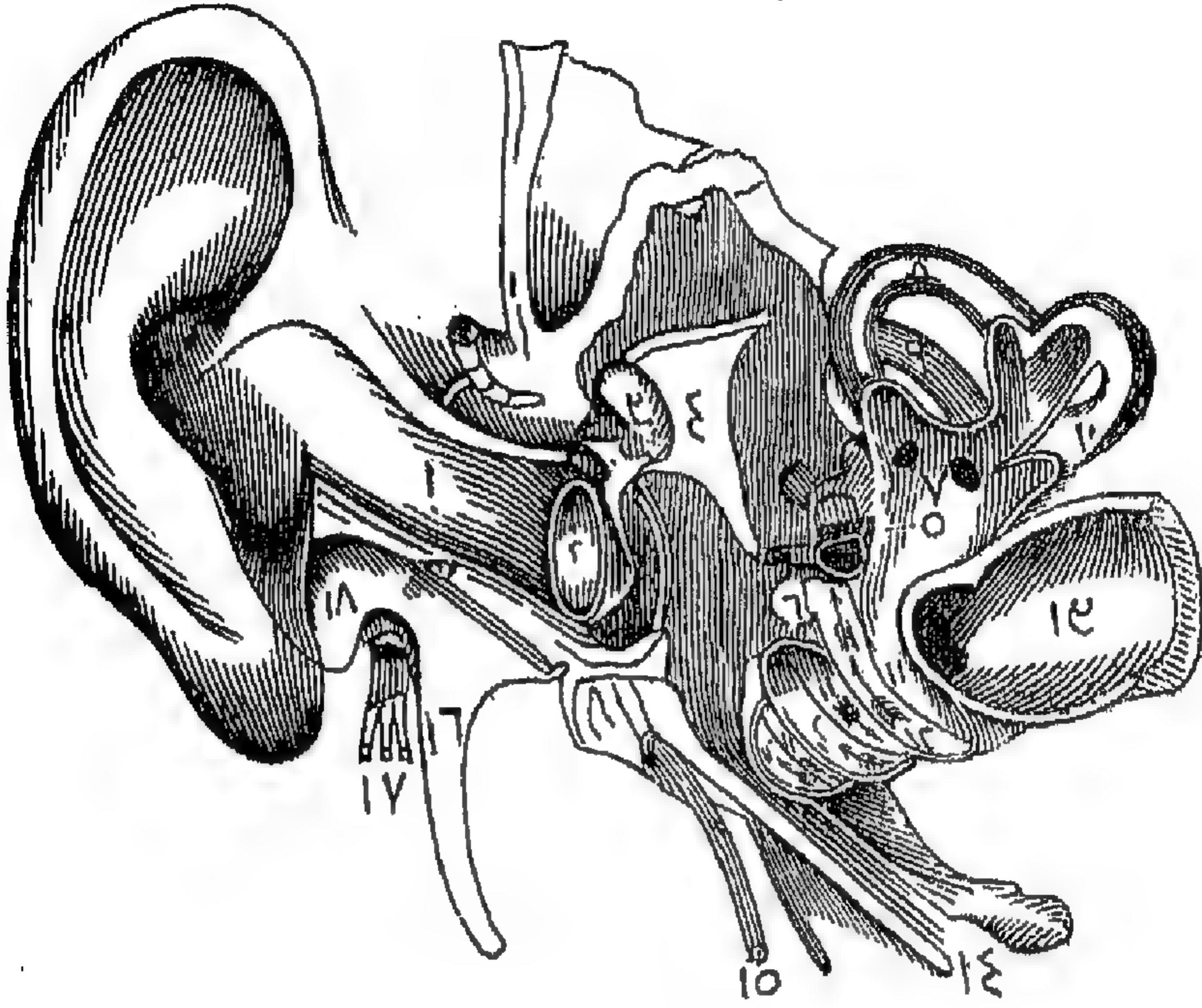
على نغماتها وتكون من ثلاثة أجزاء وهي الظاهرة . والمتوسطة .  
والباطنة

فالظاهرة مركبة من الصيوان والقناة السمعية الظاهرة . والمتوسطة  
وتسمى بصندوق الطبلة وهو منفصل عن القناة السمعية بغشاء الطبلة .  
وهذا التجويف يتصل مع الجدار الخلفي للحلق بقناة تسمى بوق  
استاكوس المتصلة بالبلعوم ووظيفة هذه القناة توصيل الهواء داخل  
الصندوق . ووظيفة غشاء الطبلة الحركة والاهتزاز بالاهتزازات الصوتية  
التي تدخل في القناة السمعية فتدفع من الهواء في قناة استاكوس  
داخل صندوق الطبلة يحصل توازن في الضغط الجوي الخارجي  
وفي باطن الاذن المتوسطة عظيمات صغيرة متصلة ببعضها على  
هيئة سلسلة تمتد في غشاء الطبلة الى الاذن الباطنة ( وهي المطرقة  
والسندان والركاب ) ووظيفتها توصيل اهتزازات الاصوات التي تقع  
على غشاء الطبلة الى الاذن الباطنة

أما الاذن الباطنة فتكون من ثلاثة تجاويف . الدهليز والقنوات  
النصف هلالية والقوقعة



شكل ( ١٧ ) صيوان الاذن والقناة السمعية والاذن الباطنة \*



\* ( ١ و ٢ ) الطبله ( ٣ و ٤ و ٥ و ٦ و ٧ ) الدهليز وعظمتا السمع ( ٨ و ٩ و ١٠ )  
قنوات النصف هلاويه ( ١١ و ١٢ ) القوقعه ( ١٣ ) العصب السمعي

كيفية حصول السمع — تمر الاصوات في طبقات الهواء وتصل  
الى صيوان الاذن فيجمعها ويوصلها الى القناة السمعية الظاهرة فتقرع  
غشاء الطبله فتهتز عظيمات السمع والهواء الموجود في الاذن المتوسطة  
ويصل الى الاذن الباطنة فتتأثر فروع العصب السمعي وتوصل  
الاصوات بحالتها الى المخ فيحكم بها

حاسة اللمس — ومجلسها الجلد وهو العضو المهم في حاسة اللمس

وهو لفافة تغلف السطح الظاهر للجسم ووظائفه اللمس ومجلس  
لافرازاته الفضلية كالعرق والافرازات الدهنية ومجلس لاعضائه  
الاضافية كالشعر والأظافر . وتختلف حاسة أجزائه بالنسبة لكثرة  
وجود الأعصاب التي تنتهي فيه وقلتها . وبعض أعضائه الاضافية  
موضوع في سمك الادمة كالغدد الدهنية وغدد العرق وبعضها بارز  
من البشرة كالشعر والأظافر ويختلف سمك الجلد باختلاف أجزائه .  
ففي بعضها يكون سميكاً وفي بعضها رقيقاً وهو مركب من طبقتين  
أحدهما سطحية تسمى بالبشرة وأسفلها يسمى بالادمة فالبشرة هي  
الطبقة الظاهرة الخالية من الاوعية والاعصاب وتتركب من خلايا  
بشرية موضوعة فوق بعضها متى تعددت وتكاثرت تسقط على هيئة قشور  
أما الادمة فهي الطبقة الغائرة من الجلد المكون لهيكله وهي  
محتوية على أوعية وأعصاب كثيرة

منفعة البشرة وقاية السطح الظاهر لادمة الجلد ومنع تصاعد  
التبخير المائي بكمية عظيمة

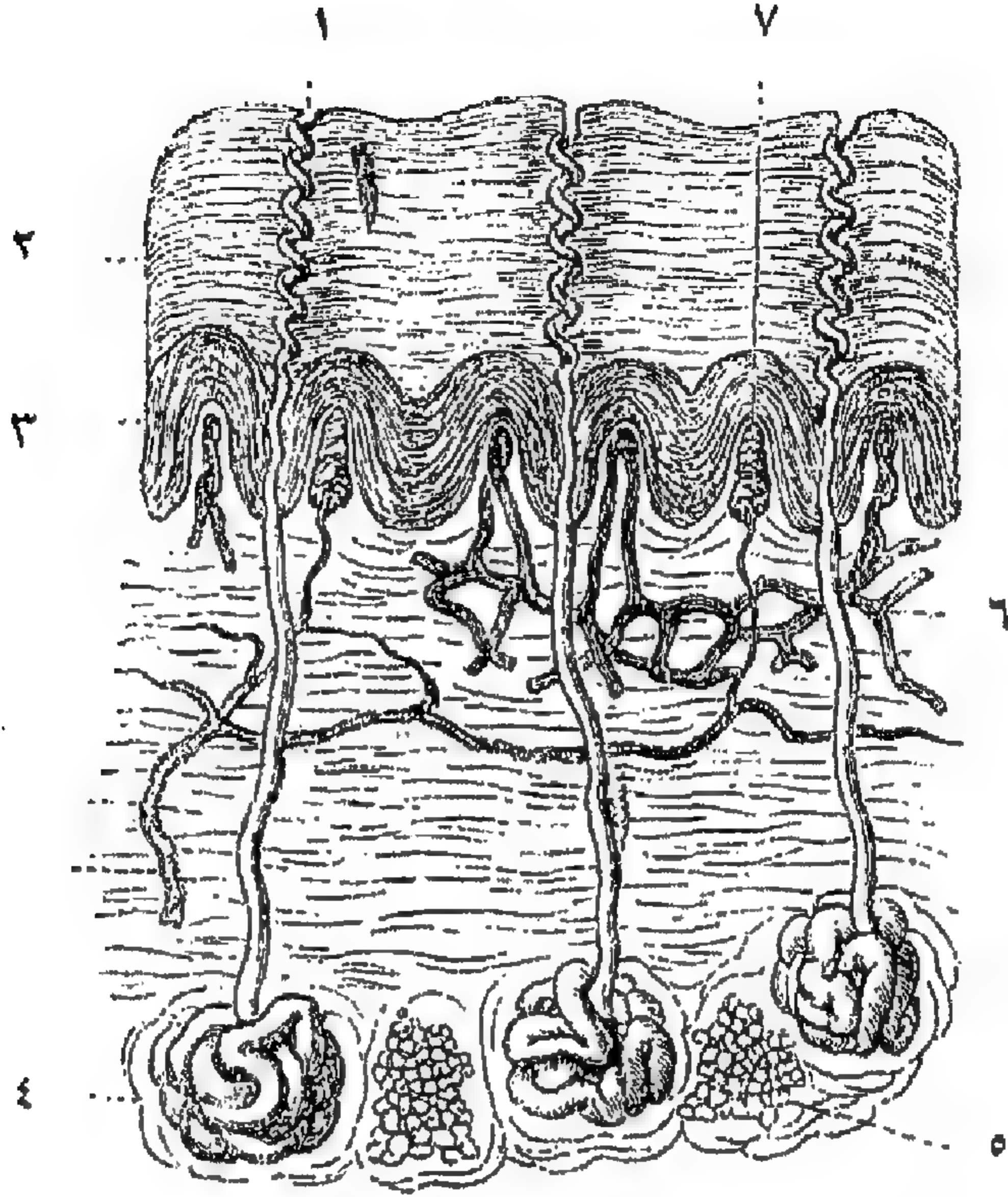
الغدد الدهنية تندي سطح البشرة وتصيره سلساً ذا قوام رخو  
وتمنع تأثير الهواء والعرق فيه وكذا تمنع انفصال الخلايا البشرية



وتوجد بعض الحيوانات كالاوز والبط فيها الغدد الدهنية بكثرة  
وهي التي تعينها على السوم  
وأما غدد العرق فتوجد في جميع الجلد تقريباً بحيث ان سطح  
الجلد يكون له هيئة غريبة بسبب وجود فتحات قنواتها وينفـرز  
العرق من باطنها

وخروج العرق من البنية نافع جداً ويزداد في بعض الامراض  
كالسل أو في انتهاء دور الامراض الحمية كالحمى التيفوسية ويزداد أيضاً  
من تعاطي الادوية المعركة كالشاي والزيفون والمشروبات الروحية  
ومن التعرض للحرارة وعقب الاشغال الشاقة والمجهودات العضلية  
وغدد العرق مرتبطة بغدد البول فاذا قل أحدهما زاد افراز الآخر  
ولذا نجد ان العرق يزداد في زمن الصيف وبالعكس في زمن الشتاء  
في الحالة الصحية ومن منافع العرق تنقيص درجة الحرارة في الجسم  
وتندية الجلد

شكل (١٨) \*



\* (١) فوهات غدد العرق (٢) بشرة الجلد (٣) الادمه (٤) غدد العرق  
(٥) الغدد الدهنيه (٦) الاوعيه الدمويه (٧) انتهاء فروع اعصاب الحس

أما الاظافر فهي أعضاء مسطحة مربعة منحنية موضوعة على

الوجه الظهري للسلاميات الاخيرة لاصابع اليدين والقدمين

ومنفعة الاظافر وقاية الوجه الظهري لاطراف الاصابع وتكوين

نقطة ارتكاز لللب طرف الاصابع الذي يزيد في احساسها

أما الشعر فهو أعضاء خيطية الشكل مغروسة في الجلد في اكياس

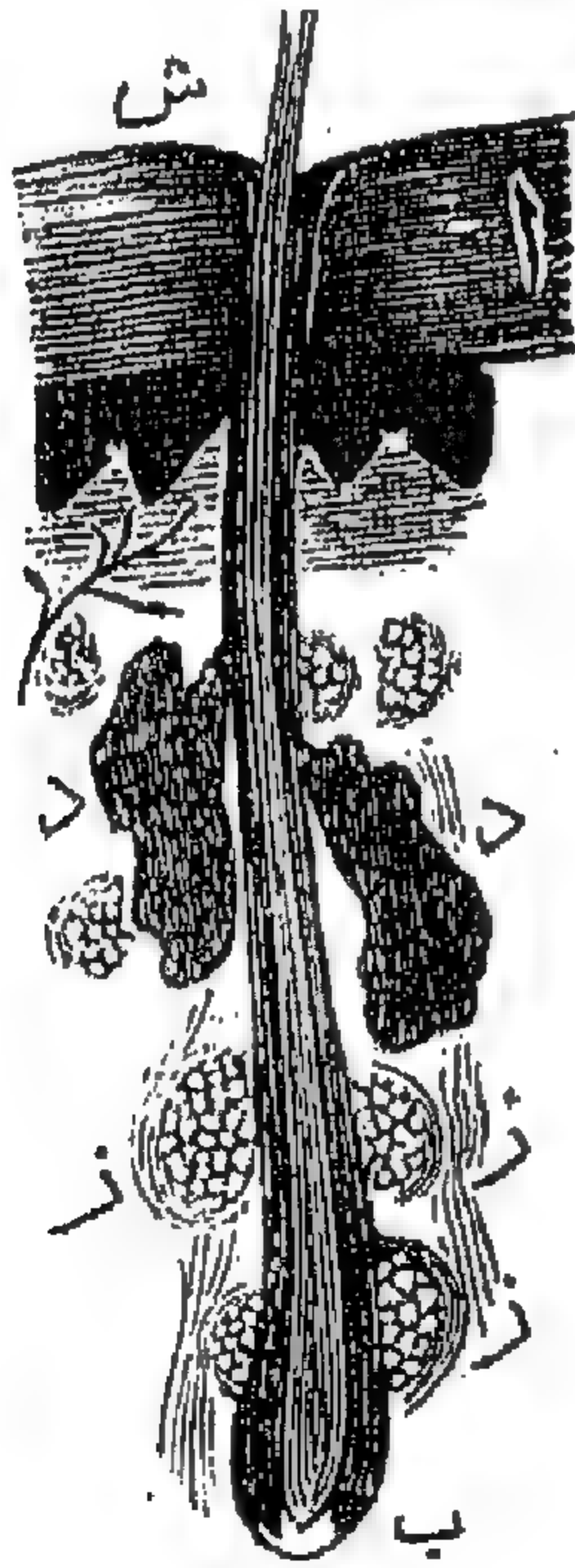
صغيرة توجد في جميع سطح الجسم ما عدا راحة اليدين واخمصي



القدمين والوجه الظاهر لمفاصل أصابع اليدين والقدمين وبعض  
أعضاء أخرى

ويختلف لون الشعر باختلاف مقدار الحبيبات الملونة الموجودة  
في خلاياه فتكون سميكة عند الأشخاص ذوي الشعر الاسود وأما  
الشيب عند التقدم في السن فهو من فقد المادة الملونة فيه

شكل (١٩) بصيلة الشعر وغدد العرق والغدد الدهنية  
حولها وبشرة الجلد وادمتة\*



\* (ب) بصيلة الشعر (ز وز وز) غدد العرق (د ود) الغدد الدهنية (ا)  
بشرة الجلد فوق الادمه (ش) الشعر

حاسة الذوق — ومجلسها اللسان وهو الذي بواسطته يمكننا تمييز طعم الاغذية عن بعضها والتكلم ورفع البلعة الغذائية بعد طحنها بالاسنان وتنديتها باللعاب والقائها في الفم الخلفي لازدرادها ويشترط ان يكون مندى بافراز اللعاب المنفرز بالغدد اللعابية لانه اذا كان جافاً لا يمكن أن يميز الطعم

واللسان عضو هرمي موضوع في قاع الفم ووجهه العلوي غير مستو بسبب وجود الحلمات العصبية المخصوصة بالذوق والحلمات المذكورة المنتشرة على سطحه ذات أشكال مختلفة وكل منها له وظيفة في تمييز الطعم في الحالة الصحية

ثم ان الفم محاط بغدد تفرز سوائل تعين على الهضم وعلى تنديّة الفم كالغدد المخاطية التي توجد في باطن الفم والشفيتين والخدين والغدد المركبة المعروفة باللويزة التي هي موضوعة على جانبي قاعدة اللسان في كل جهة واحدة بين قائمتي اللهاة والغدد اللعابية تحت الفك واللسان

حاسة الشم — مجلسها الانف وهو موضوع في الوجه بكيفية تجعله متصلاً بعضو الذوق وباعضاء التنفس مفتوح من الامام ومن الخلف في الفم أعني في البلعوم ومغطى بغشاء مخاطي يسمى بالغشاء

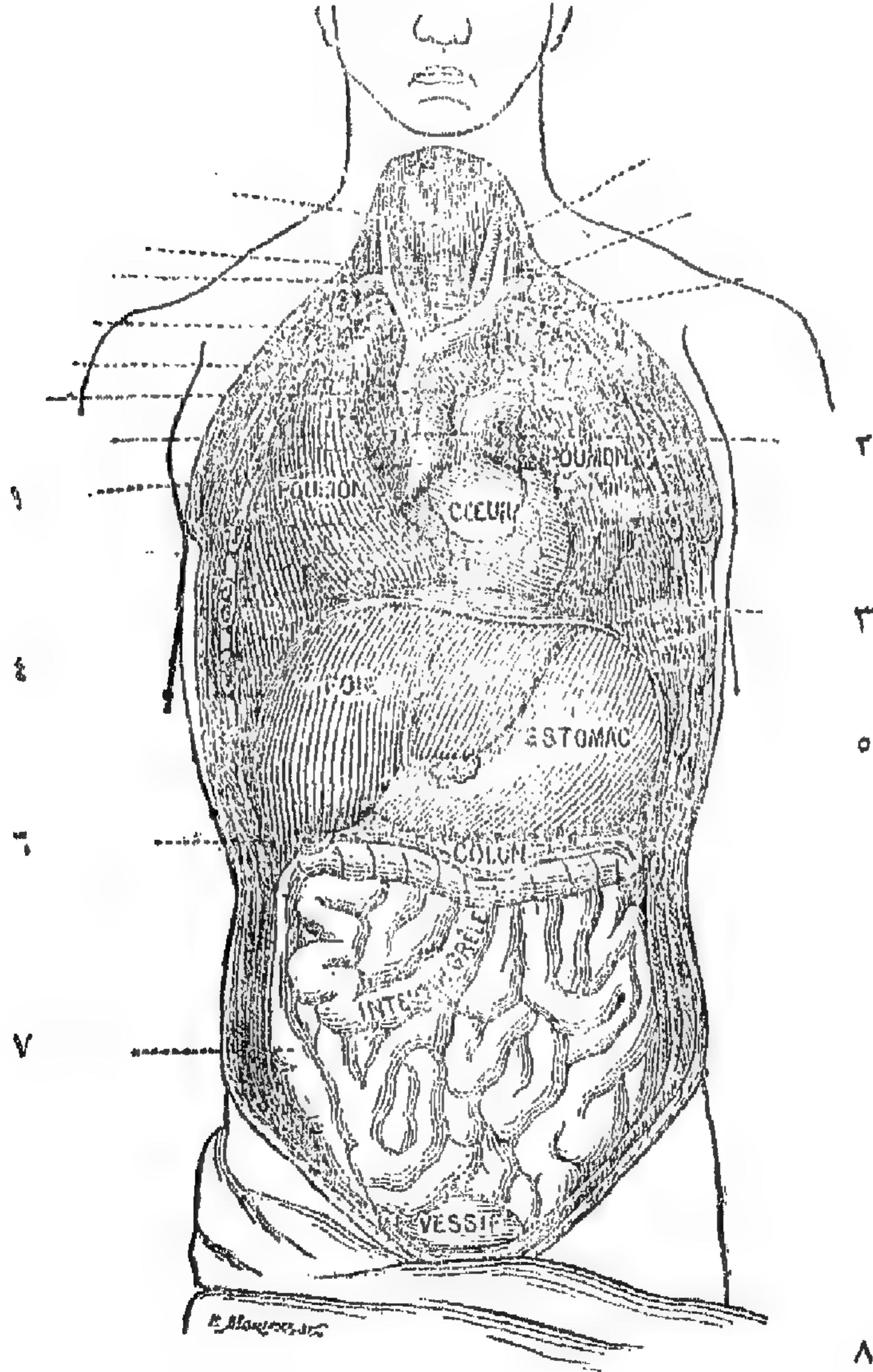


النخامى وبه الاجربة المخاطية ومفروش على سطحه العصب الشمي  
ووظيفة هذه الحاسة ضرورية جدًا للانسان اذ بواسطتها تميز الروائح  
الكريهة عن الروائح المقبولة وبالاخص روائح الطعام ولذا يعتبر الانف  
كنبه للغم فعند تناول الاغذية اذا كانت مقبولة الرائحة بواسطة الشم  
يتناولها والعكس بالعكس وتترك الروائح بتأثيرها على أعصاب الشم  
الموزعة في الغشاء النخامى فتوصلها الى المخ وهو الذي يحكم بها

### الاحشاء

الاحشاء — هي الاعضاء التي تحفظ حياة الانسان وهي : الجهاز  
الهضمي ، والتنفسي ، والدوري ، والجهاز البولي  
الجهاز الهضمي — الجهاز الهضمي مركب من أعضاء كثيرة  
بعضها يقطع الاطعمة ويمزقها ويطحنها كالاسنان . وبعضها يفرز عليها  
سائلًا يلينها كالغدد اللعابية والبعض يلقى عليها حوامض كالعدة  
وقلويات كالكبد وبعضها يمتص الاجزاء النافعة منها كالامعاء والآخر  
يخرج المواد الغير النافعة منها الى الخارج كالستقيم فهو كقناة ممتدة  
من الفم الى الشرج وابتداؤها الفم

شكل (٢٢) الرئة اليمنى واليسرى وبوسطهم القلب والمعدة والكبد  
والمعي الغليظ والدقيق والمثانة \*



\* (١) الرئة اليمنى (٢) الرئة اليسرى (٣) القلب بين الرئتين (٤) الكبد  
(٥) المعدة (٦) القولون (٧) الامعاء الدقيقة (٨) المثانة وعلى تلك الاعضاء  
أسمائها باللغة الفرنسية



الفم — هو تجويف موضوع في الوجه بين الفكين وله فتحات مقدمة مكونة من الشفتين وخلفية من العظمين الحنكيين وقاعدة اللسان ويمكن انسدادها باستطالة متحركة ناشئة منها تسمى باللهة وجدره مكونة من الفك العلوي والسفلي والمضلات وجميع تجويف الفم مغلى بغشاء مخاطي ماعدا الاسنان فيغطى أسنانها فقط ويسمى في هذه الحالة بالثة ووظيفتها حفظ الاسنان وتثبيتها ويحتوي على كثير من الغدد المخاطية والاعوية والاعصاب . ولهذا صار حساسا في الشفتين واللسان واللهة

اللهة — هي استطالة صغيرة مكونة لحاجز بين تجويف الفم والبلعوم ومتجهة من أعلا الى أسفل اتجاها عموديا وفي وسطها زائدة تسمى بالغلصمة

البلعوم — تجويف قنوي خلف تجويف الفم ويتصل معه من الامام وتفتح فيه من الامام الفتحان الخلفيتان للحفر الانفية وفتحة الحنجرة ويتصل من أسفله باول المريء وهو مركب من عضلات وغشاء مخاطي وأوعية وأعصاب

المريء — قناة طويلة ضيقة متصلة بالبلعوم والمعدة ووظيفته توصيل الأغذية من البلعوم الى المعدة وموضوعة في العنق امام

العمود الفقري خلف القصبة الرئوية ومتى وصلت الى الفتحة العليا  
للصدر تمتد في الحجاب الحاجز لتنتهي في الجزء الفؤادي للمعدة  
المعدة — هي تجويف على هيئة كيس ويمكن تشبيهها بقربة  
وهي ابتداء الجزء الموضوع في تجويف البطن من القناة الهضمية  
موضوعة في القسم الشراسيفي وفي المراقين ولا سيما في المراق الايسر  
تحت الحجاب الحاجز والكبد على يمينها والطحال على يسارها ولها  
فتحتان يمينى متصلة بالاثني عشري وتسمى بالبواب ويسرى متصلة  
بانتهاء المريء وتسمى بالفؤاد وهي مركبة من ثلاثة أغشية مخاطية ،  
وعضلي ، ومصلي ، ووظيفة فتحة الفؤاد اغلاق المعدة بعد وصول  
الاغذية لها والبواب يمنع رجوع الاغذية للمعدة بعد خروجها منها  
وتحتوي المعدة على أوعية دموية وأوعية لينفاوية وأعصاب من العظيم  
السباتوي والعصب الرئوي المعدي

وظيفة المعدة — للمعدة وظائف

١ تخزين بها الاطعمة

٢ تفرز سائلا يسمى بالعصير المعدي له تأثير مهم على هضم

المواد الأزوتية



٣ تفعل بانقباض عضلاتها في الاطعمة جملة تقلبات فائدتها

سهولة اختلاط المعجينة الغذائية بالعصير المعدي

العصير المعدي — سائل عديم اللون يحتوي على أملاح أهمها ملح

الطعام (حمض الكلورايدريك) بنسبة واحد من الحمض الى ١٠٠٠

من العصير المعدي ويحتوي على خميرة قابلة للذوبان تسمى (بيسين)

بنسبة ٣ X ١٠٠٠ من العصير

ووظيفة العصير المعدي اذابة المواد الزلالية الموجودة في الاطعمة

غير القابلة للذوبان واحالتها الى مادة كثيرة الذوبان سهلة الامتصاص

تسمى (بيتون)

الامعاء — قناة ممتدة من المعدة الى الشرج موضوعة في

تجويف البطن والحوض وتنقسم الى قسمين دقيق وغلظ \*

---

\* المي الدقيق — يتدي من أعلا من البواب وينتهي من أسفل في الصمام

الاعوري اللفائفي وطوله من ١٥ الى ٢٠ قدما وهو مكون من ثلاثة طبقات غشائية

كالعدة وغشاؤها المخاطي يحتوي على ثنيات وخمل وغدد يبر وفي باطن كل خلة

ابتداء وعاء كيلوسي والغدد ممددة لافراز العصارة المعوية وتنقسم الى ثلاثة أجزاء

ثني عشري . وصائم . ولفائفي

المي الغليظ — هو نهاية القناة الهضمية ويتصل بانتهاء اللفائف بابتدائه

لمكن لا تتصل اللفائف بأوله بل بأعلى منه بقليل وبهذه الكيفية يترك من المي

الفلاظ أسفل من اتصاله بانتهاء قعر كيس يسمى بالاعور الموضوع في الحفرة الحرقفية

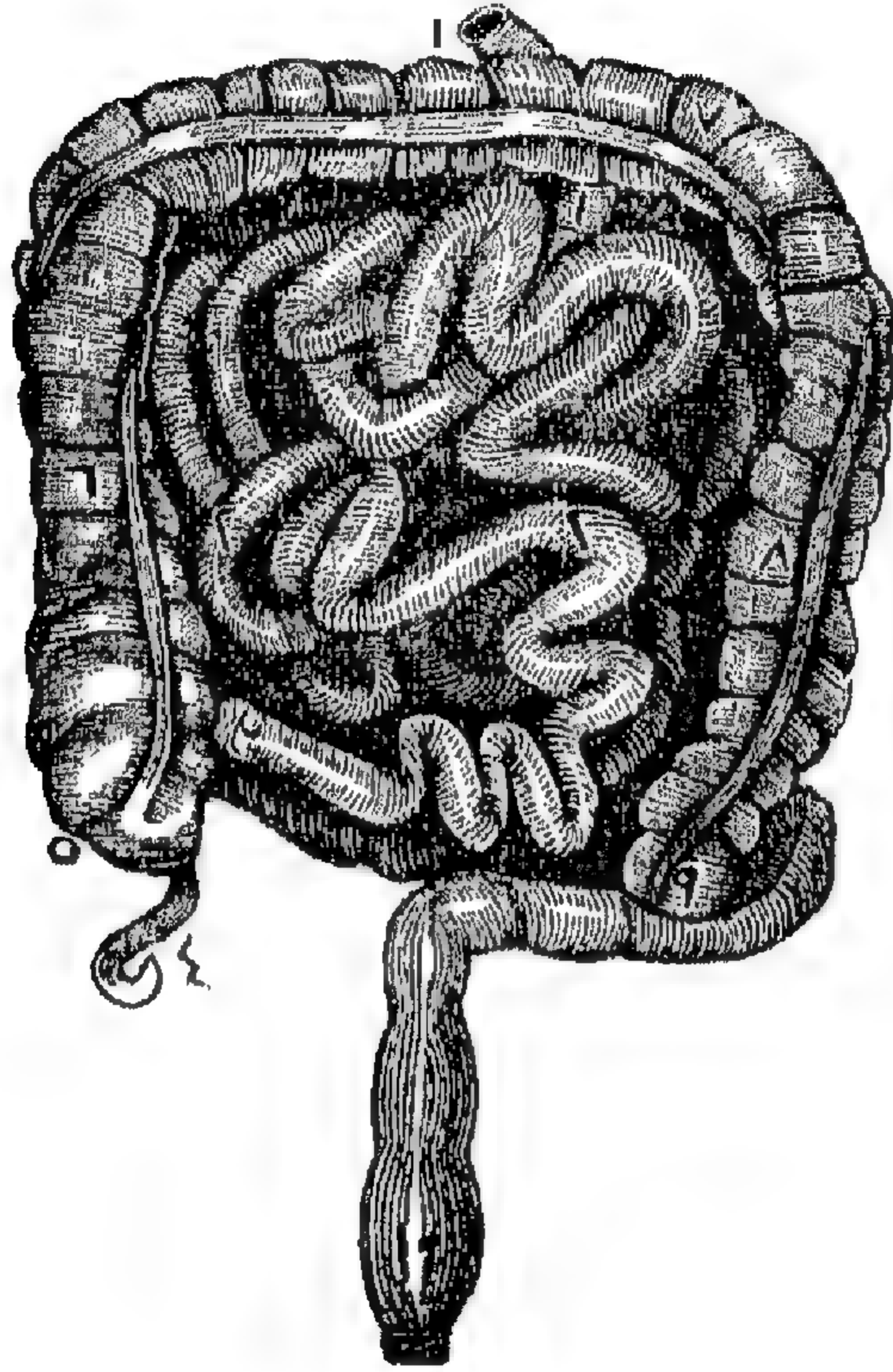
اليمنى وتنشأ في أسفله استطالة تسمى بالزائدة الدودية وطول المي النليظ من أربعة أقدام الى خمسة وهو مكون من ثلاث طبقات كباقي القناة الهضمية وغشاؤها المخاطي خال من الحمل وينقسم الى ثلاثة اجزاء أصلية وهي الاعور . والقولون . والمستقيم

الاثني عشري — موضوع في الجزء العلوي المتوسط من تجويف البطن امام العمود الفقري وخلف القولون المستعرض وبين الكبد والمعدة وهو ساكن ليس بمتحرك وفيه القناة الصفراوية وفتحة القناة الدافئة للاقراز البنكرياسي أما الصائم واللفائني فنضمهما مع بعضهما ويتميز الاول بكثرة وجود تنيات فيه وقد غدد يبر منه ويكون خالياً في الغالب ولذا يسمى بالصائم وبالاثنى عشري اوعية وأعصابه من العظيم السمباتوي والمي النليظ ينقسم الى خمسة أجزاء وهي القولون الصاعد . والقولون المستعرض . والقولون النازل . والتعرج السيني والمستقيم فالقولون الصاعد يتجه الى أعلا الى أن يصل للوجه المقدم للكبد ويجاور من الخلف الكلية اليمنى

والقولون المستعرض يمتد من المراق الايمن الى الايسر والقولون النازل يبتدى من انتهاء القولون المستعرض بجانب الطحال وينتهي في التعرج السيني في الحفرة الحرقية اليسرى والتعرج السيني يبتدى من انتهاء القولون النازل ويمتد من الحوض لفاية المستقيم والمستقيم هو الجزء الاخير الذي ينتهي بالشرج



شكل (٢١) المعاء الدقيق والغليظ والمستقيم \*



\* (١ و ٢) الاثنى عشري (٢ و ٢) الامعاء الدقيقة (٣) محل اتصال الامعاء الدقيقة بالغليظة (٤) الزائدة الدودية (٥ و ٦ و ٧ و ٨ و ٩) الامعاء الغليظة (٦ و ٧ و ٨ و ٩) القولون (١٠) المستقيم وينتهي بالشرج

البنكرياس — غدة لعابية موضوعة في تجويف البطن خلف المعدة ولها طرفان يميني غليظ يسمى برأس البنكرياس وموضوع في تقعر الاثنى عشري ومرتبطة به ، ويساري دقيق يسمى بذنب البنكرياس وقناته الدافعة منفتحة في الاثنى عشري اسفل من انفتاح

القناة الصفراوية وهو يفرز سائلاً مخصوصاً يسمى العصير البنكرياسي  
له وظيفة مهمة في الهضم

وظيفة البنكرياس — السائل المنفرز منه يؤثر في ثلاثة أحوال  
أولاً يؤثر على المواد الزلالية كتأثير العصير المعدي تماماً  
ويحيلها الى بيتون كي يتم هضم تلك المواد التي لم تهضمها المعدة  
ثانياً يؤثر على المواد النشوية ويحيلها الى سكر أي أنه يتم  
هضم المواد النشوية التي لم يتم هضمها باللعاب

ثالثاً يؤثر على المواد الدسمة كالزيوت والدهونات ويحيلها الى  
مستحلب قابل للامتصاص أي أنه يتم ذوبان تلك المواد التي لم  
يتم ذوبانها بالصفراء ومنه يعلم أهمية هذا العصير في البنية  
الكبد — هو العضو الأكبر والأثقل من الأعضاء الاضافية  
وهو موضوع في المراقى الايمن تحت الحجاب الحاجز على يمين المعدة  
أنظر شكل (٢٠) (١) صحيفة ٣١

الحوصلة المرارية — موضوعة في الجزء المقدم من الكبد ووجهها  
العلوي ملتصق بنسوج الكبد. وبنسيج الكبد جملة خلايا تجهز الصفراء  
وجملة قنوات صفراوية توصل السائل المنفرز من الخلايا الى خارجها



وتنتهي بقناة عمومية هي القناة الكبدية التي توصل هذا الافراز بعضه الى الحويصلة الصفراوية لتخزينه وبعضه للأمعاء مباشرة وظائف الكبد — للكبد وظيفتان مهمتان

الاولى افراز الصفراء وهو سائل مر جداً مكون من أملاح معدنية أهمها الفوسفات وأملاح عضوية وهي التي تعطي الصفراء مرارتها المملومة ومادة ملونة وهذه الاملاح ترسب أحياناً في إحدى القنوات الصفراوية وتكون حصوات تكون سبباً لآلام ثقيلة جداً تسمى بالمغص الكبدى

الثانية افراز السكر عند احتياج البنية اليه وللکبد وظائف أخرى كحماية الجسم من المواد السامة لدرجة مخصوصة وعدم تسممه بها لحد معلوم

وظيفة الصفراء — اذابة المواد الدسمة الموجودة في الاغذية كالزيوت والمواد الدهنية وصيرورتها قابلة للامتصاص وذلك بانصبابها من الحويصلة الصفراوية في الاثنى عشرى وتأثيرها على المواد الدسمة كان معروفاً من زمن

ولذا كان بعضهم يستعمل الصفراء في ازالة بقع المواد الدسمة من الملابس

الطحال — في المراق الايسر على يسار قعر المعدة ويجاور  
من أعلا الوجه السفلي للحجاب الحاجز ومن الامام والخلف جدران  
البطن والآت لم تعرف له وظيفة حقيقية . وقيل انه يقوم بتكوين  
الكراث البيضاء للدم وفي حالة استئصاله الغير مميت تقوم مقامه الغدد  
الليفافية في هذه الوظيفة وتزداد في الحجم عن طبيعتها كما انه يشترك  
في تكوين حمض البوليك من المواد الزلالية

البريتون — غشاء مصلي على شكل كيس سطحه الباطني أملس  
مندي بكية من سائل مصلي

وظيفة البريتون — صيرورة سطح الاحشاء البطنية أملس لاجل  
سهولة حركاتها وربط احشاء مختلفة بما يجاورها بحيث أن بعض هذه  
الاحشاء يكون ساكنا وبعضها يكون متحركاً

### كيفية حصول هضم الاغذية

بتناول الاغذية ووضعها في الفم تمزقها الاسنان وتطحنها وتهرسها  
بحركة الفكين ومن حركة المضغ ينفرز اللعاب من الغدد اللعابية فيؤثر  
على المواد النشوية الموجودة في الاغذية ويجعلها قابلة للهضم مبدئياً  
وكما كان المضغ كثيراً كان الهضم أسرع ومتى تم المضغ يحمل



اللسان الكتلة الغذائية على سطحه بحركاته ويطرحها الى الفم الخلفي للبلع وعند ذلك تضغط البلعة الغذائية على لسان المزمار عند مرورها ليغطي فتحة الحنجرة ويمنع دخول الاغذية فيها وتنتقرب قائمتا اللهاة الخلفيتان من بعضهما وترتفع الغلصمة فتسد الفتحة الانفية الخلفية لعدم دخول الاغذية في تلك الفتحة ثم تنقبض عضلات البلعوم من أعلى الى أسفل فتطرد البلعة أمامها الى أن توصلها الى المريء ومنه تفتح فتحة الفؤاد فيسقط الغذاء في تجويف المعدة وتتعلق تلك الفتحة لعدم رجوع الاغذية وتتحرك المعدة لمزج الكتلة الغذائية ببعضها وينفرد من سطحها العصير المعدي السابق ذكره فيؤثر على الاغذية ويحيلها الى عجينة رخوة تسمى بالكيموس ثم يفتح البواب فتمر منه الكتلة الغذائية الى الاثني عشري ويتعلق لعدم رجوع الاغذية للمعدة وهناك تنصب عليها الصفراء وافراز البنكرياس فتستحيل الى عجينة رخوة سائلة قابلة للامتصاص تسمى بالكيلوس فتمر في المعى الدقيق وجزء من المعى الغليظ فينصب عليها العصير المعوي فيؤثر على المواد التشوية ويحيلها الى سكر فالقابل منها للامتصاص يمتص بواسطة الاوعية الليمفاوية والاعوية الشعرية والغدد الماصة وما يبقى من الفضلات يخرج برازاً

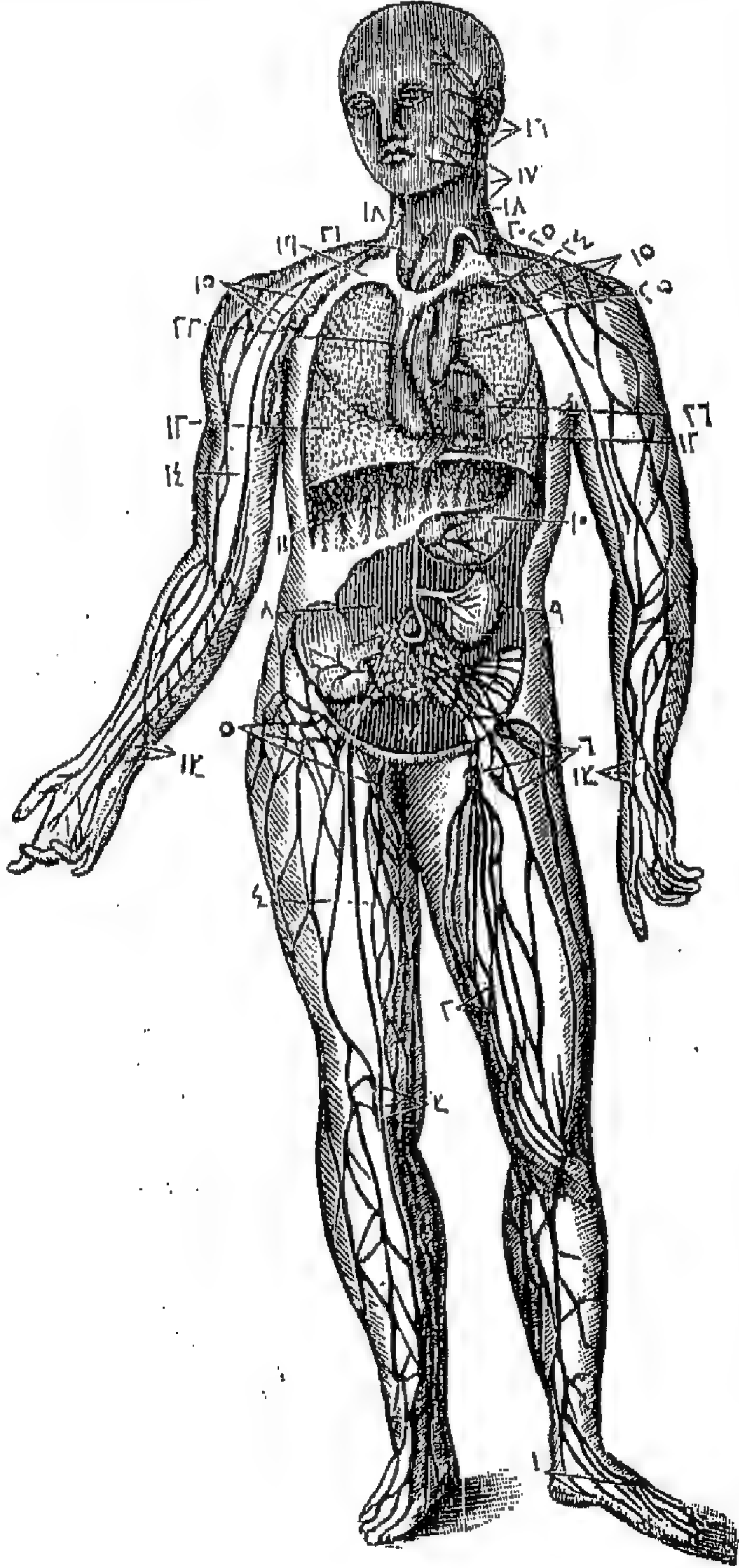
فجزء من الكيلوس يمتص بواسطة الاوعية الشعرية التي تنتهي في جذع كبير يسمى بالوريد الباب الذي يدخل الكبد ويتفرع فيه الى جملة فروع وفريعات دقيقة جداً تنتشر بين الخلايا الكبدية التي تؤثر على بعض متحصلات الهضم وتحيلها الى جليكوجين أي مادة سكرية قابلة للامتصاص في الدورة الدموية ثم تجتمع هذه الفريعات الى فروع وتنتهي ثانياً الى الوريد الكبدي وهو ينقلها الى الاجوف السفلي ومنه الى القلب وعند ذلك تتم الدورة الصغرى أما الباقي من متحصل الهضم فيمتص بواسطة الغدد والاوعية الليمفاوية والاوعية الشعرية فينصب في القناة الصدرية التي تقبل أيضاً متحصل امتصاص الغدد الليمفاوية لباقي أعضاء الجسم ومنها تنصب تلك المواد في الوريد تحت الترقوة اليسرى ثم في الاجوف العلوي ومنه الى القلب

وتتم هذه الافعال بواسطة الجهاز الدوري



شكل (٢٢) أشهر الاوعية والغدد الليفافوية في الجسم \*

\* (١ و ٢ و ٣ و ٤ و ٥ و ٦) الاوعية والغدد الليفافوية من الطرفين السفليين (٧) غدد مساريقية (٨) مصدر القناة الصدرية (٩) اوعية الكلى الليفافوية (١٠) اوعية المعدة الليفافوية (١١) اوعية الكبد الليفافوية (١٢ و ١٣) اوعية



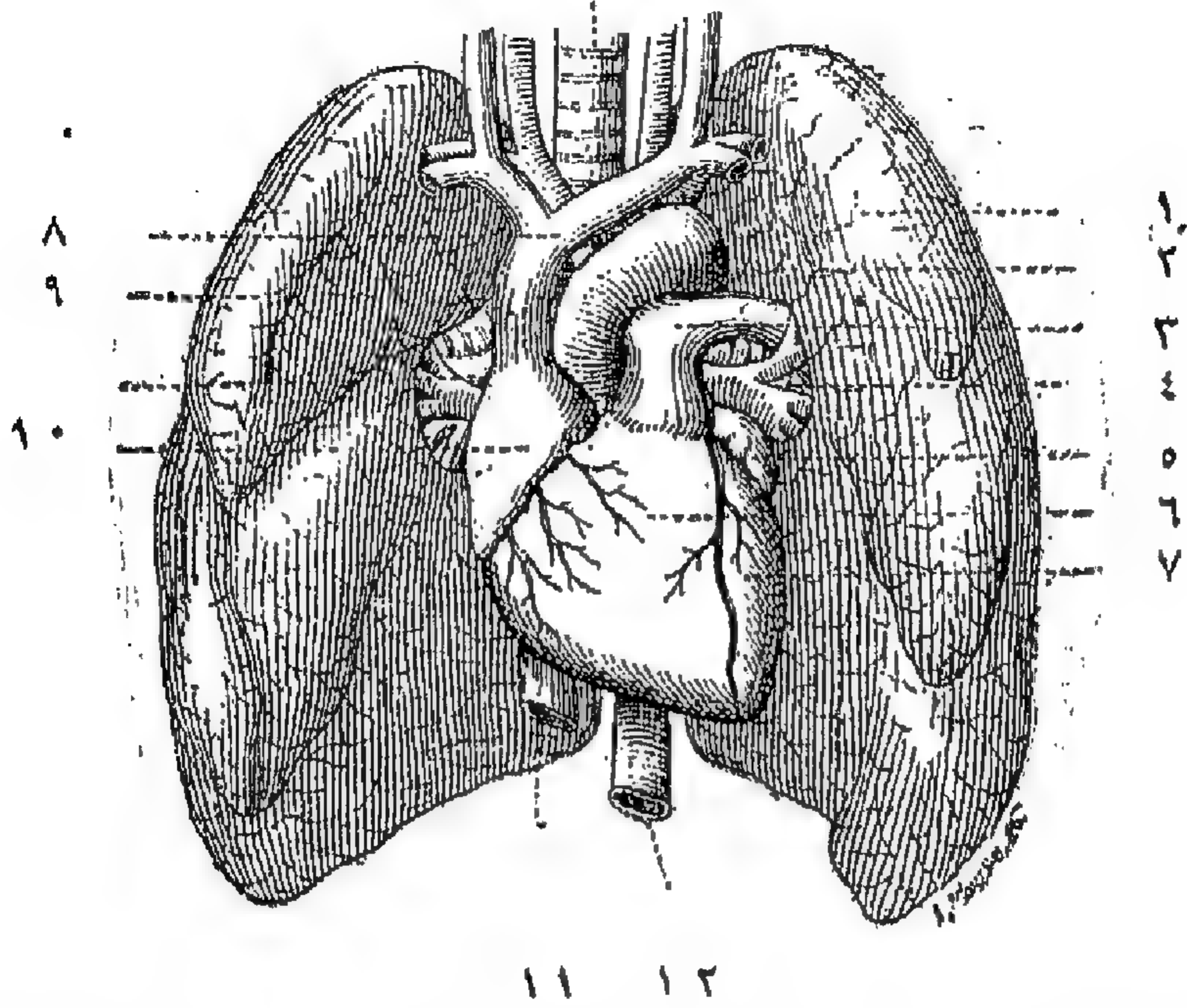
الرئتين الليفافوية (١٣ و ١٤ و ١٥) الغدد الليفافوية بالذراع (١٦ و ١٧ و ١٨) الاوعية الليفافوية بالمنق (١٩ و ٢٠) وريدان كبيران (٢١) القناة الصدرية عند صلبها في الوريد تحت الترقوة (٢٢) الاوعية الليفافوية للقلب

## وظيفة الجهاز الدوري

١. توصيل الدم الى الانسجة لتغذيتها
  ٢. حمل أو كسجين الهواء الى الانسجة وأخذ حمض الكربونيك منها لطرده من الجسم بالرئتين
  ٣. حفظ حرارة الجسم بدرجة واحدة
- فالجهاز الدوري يشتمل على الاوعية الدموية المتوزعة في عموم الجسم فالشرايين تحمل الدم النقي الشرياني لتوزعه على جميع أجزاء الجسم والاوردة تعيد الدم الفاسد الى القلب الذي هو الآلة أو الطومبة الدافعة التي تحرك الدم بعموم الجسم
- القلب — هو عضو من أعضاء الجسم المهمة ان لم يكن أهمها موضوع في الصدر بين الرئتين مرتكز على الحجاب الحاجز يحس بضربات قلبه في موازاة حلة الثدي الايسر ومغلف بكيس مصلي يسمى بالتامور منقسم الى قسمين كل منهما به تجويفان يسميان اذينا وبطينا أيمن واذينا وبطينا أيسر ويوجد في فتحتي اتصال الأذين الأيمن بالبطين الأيمن صمام يسمى تريكو سيدس وفي فتحتي اتصال الأذين الايسر بالبطين الايسر صمام يسمى متراالا ووظيفة هذين الصمامين منع رجوع الدم مدة انقباض البطينين



شكل (٢٣) القلب وأوعيته الرئيسية والرئتين من الامام \*



\* (١) الرئة اليسرى (٢) قوس الاورطي (٣) الشريان الرئوي (٤) الشعبة اليسرى (٥) الاذنين الايسر (٦) البطين الايمن (٧) البطين الايسر (٨) الاجوف العلوي (٩) الرئة اليمنى (١٠) الاذنين الايمن (١١) الاجوف السفلي (١٢) الاورطي

فالاذنين اليميني مفتوحة فيه الاوردة الرئوية

والبطين اليميني به فتحتان احدهما موصلة للاذنين الايمن

والاخرى الى الشريان الرئوي

والشريان الرئوي من البطين الايمن والأورطي من البطين

الايسر وفي ابتداء منشأ هذين الوعاءين صمامات وظيفتها منع رجوع

الدم عند انقباض القلب ثم ان هذين الفرعين ينقسمان الى فروع

والفروع الى فريعات في جميع أجزاء الجسم وكل فرع منها يتصل  
بفرع وريدي أي يتصل باحد أطراف الاوردة

ثم ان الشريان الرئوي يتفرع الى فرعين أحدهما للرئة اليمنى  
والثاني للرئة اليسرى وبواسطة تم الدورة التي تحصل في الرئتين  
أي الدورة الصغرى

أما الاورطي فهو أكبر وعاء شرياني في الجسم فينتجه من  
البطين الايسر حاملا للدم النقي الشرياني وبواسطته يتوزع الدم في  
جميع أجزاء الجسم وتم الدورة الكبرى

والاوردة التي تبتدى بفريعات صغيرة عديدة تنقسم أخيراً  
الى فرعين عظيمين يسميان بالوريدين الاجوفين النازل والصاعد  
ووظيفتهما رجوع الدم الى القلب بعد دورانه في جميع أجزاء الجسم  
بواسطة الشرايين

وبهذه المعلومات سهل علينا معرفة سير الدورة الدموية فالدم  
الذي يدفعه القلب في شريان الاورطي يمر فيه ويتوزع بواسطة  
فروعه وفريعاته في عموم الجسم وينتهي بالاوعية الشعرية وفي هذه  
الاخيرة يغذى الجسم وبعد ذلك يحمل الفضلات من الانسجة ويمر  
في أصول الشرايين ويسير في الفروع والفريعات المختلفة لها وينتهي



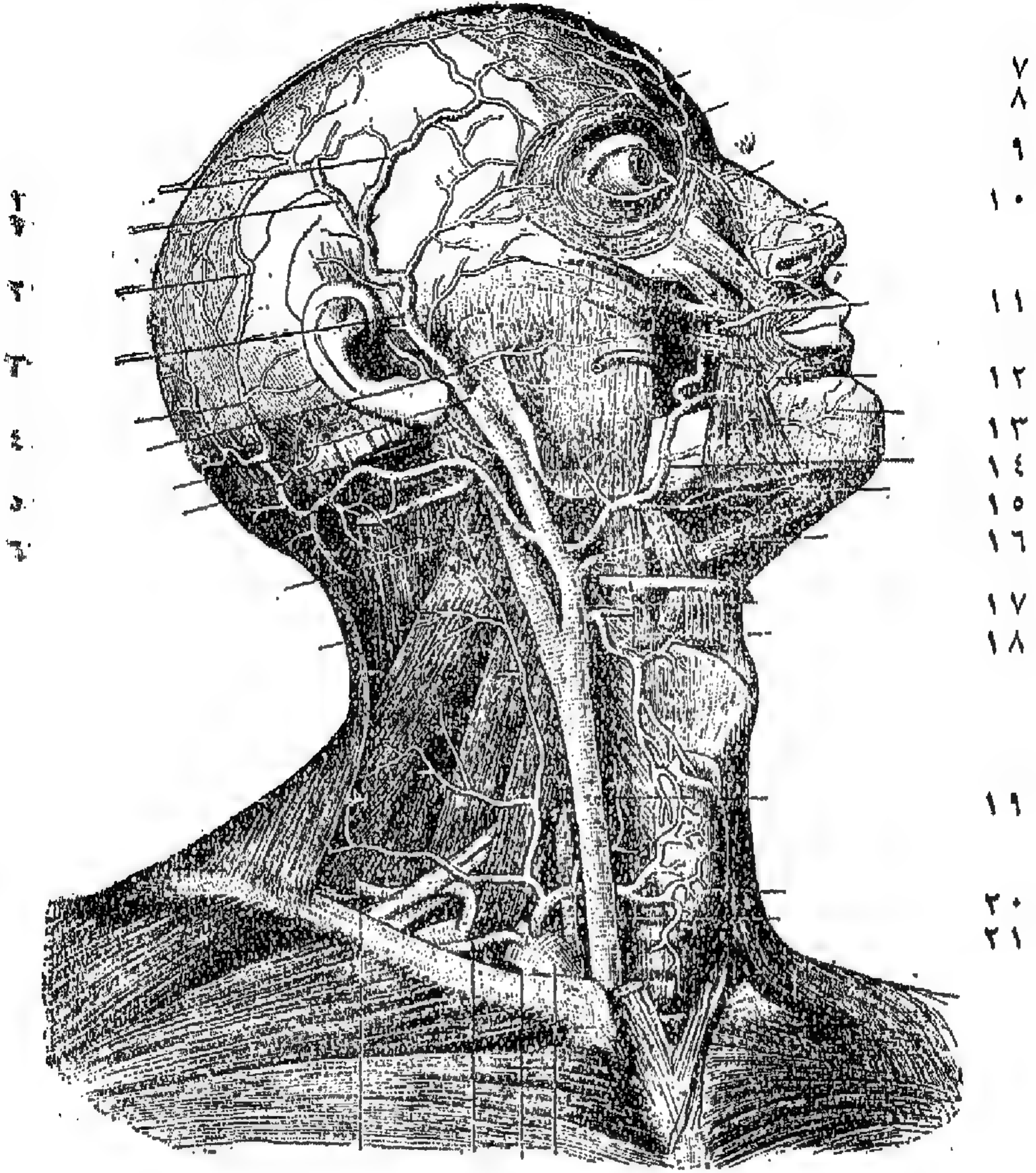
أخيراً إلى الوريدين الأجوفين ومنهما إلى الأذين الأيمن ومنه إلى البطين الأيمن ليطرده إلى الشريان الرئوي وبواسطته ينتشر في الرئتين بالأوعية الشعرية ليتخلص من غاز حمض الكربونيك ويكتسب بدله غاز الأوكسجين بواسطة التنفس وبذلك يستحيل الدم الوريدي إلى دم شرياني صالح للتغذية فيدخل في الأوردة الرئوية ويسير فيها حتى يصل إلى الأذين الأيسر ومنه إلى البطين الأيسر فيطرده إلى الأورطي وهكذا تتتابع الدورة الدموية في الجسم

أما الدورة الصغرى أي دورة الوريد الباب فقد سبق ذكرها في الكلام عليه

ثم إن دم الإنسان يدور هذه الدورة في الجسم في مدة ٢٣ ثانية تقريباً بمعنى أن الوقت الذي يمضي من خروجه من القلب إلى عودته إليه هو هذه المدة

ومن انقباض القلب لطرده الدم للأوعية وقبولها فيه ثانياً ينشأ صوت يدرك بالسمع يسمى بضربات القلب التي تكون منتظمة في الحالة الصحية وبالعكس في الحالة المرضية وتذكر باللس في الشرايين الظاهرة من الجسم كالشريان الكبير الذي منه يعرف النبض

شكل (٢٤) الشرايين وتفرعاتها في الرأس والوجه والعنق \*



٢٥ ٢٤ ٢٣ ٢٢

- \* (١ و ٢) الشريان الصدغي السطحي (٢) الشريان المؤخري (٣) الشريان الصدغي السطحي (٤) الشريان الوجهي الظاهر (٥) الشريان الفكي الباطني (٦) الشريان الصيواني الخلفي (٧) الشريان فوق الحجاج العلوي (٨) الشريان الجبهوي (٩) الشريان الانفي الظاهر (١٠) الشريان الجناحي الانفي (١١) الشريان الاكيلي العلوي (١٢) الشريان الاكيلي السفلي (١٣) الشريان الذقني (١٤) الشريان الوجهي (١٥) الشريان تحت الذقن (١٦) الشريان اللساني (١٧) الشريان السباني الظاهر (١٨) الشريان الدرقي العلوي (١٩) الشريان السباني المشترك (٢٠) الشريان الدرقي السفلي (٢١) الشريان الفقري (٢٢) الشريان تحت الترقوة (٢٣) الشريان الثديي الباطن (٢٤) الشريان فوق اللوح (٢٥) عظم الترقوة



الدم — هو سائل لزج لونه أحمر فاتح ان كان شريانيا وأزرق غامق ان كان وريديا

وظائف الدم — هي انه يحمل للانسجة المواد المغذية الرخوة بالجهاز الهضمي والاكسجين بواسطة الرئتين — وواسطة لاجراج جميع الفضلات الى الخارج اما بواسطة الجهاز التنفسي أو بطريق الجهاز البولي أو الجلد . ويحفظ حرارة الجسم بدرجة واحدة

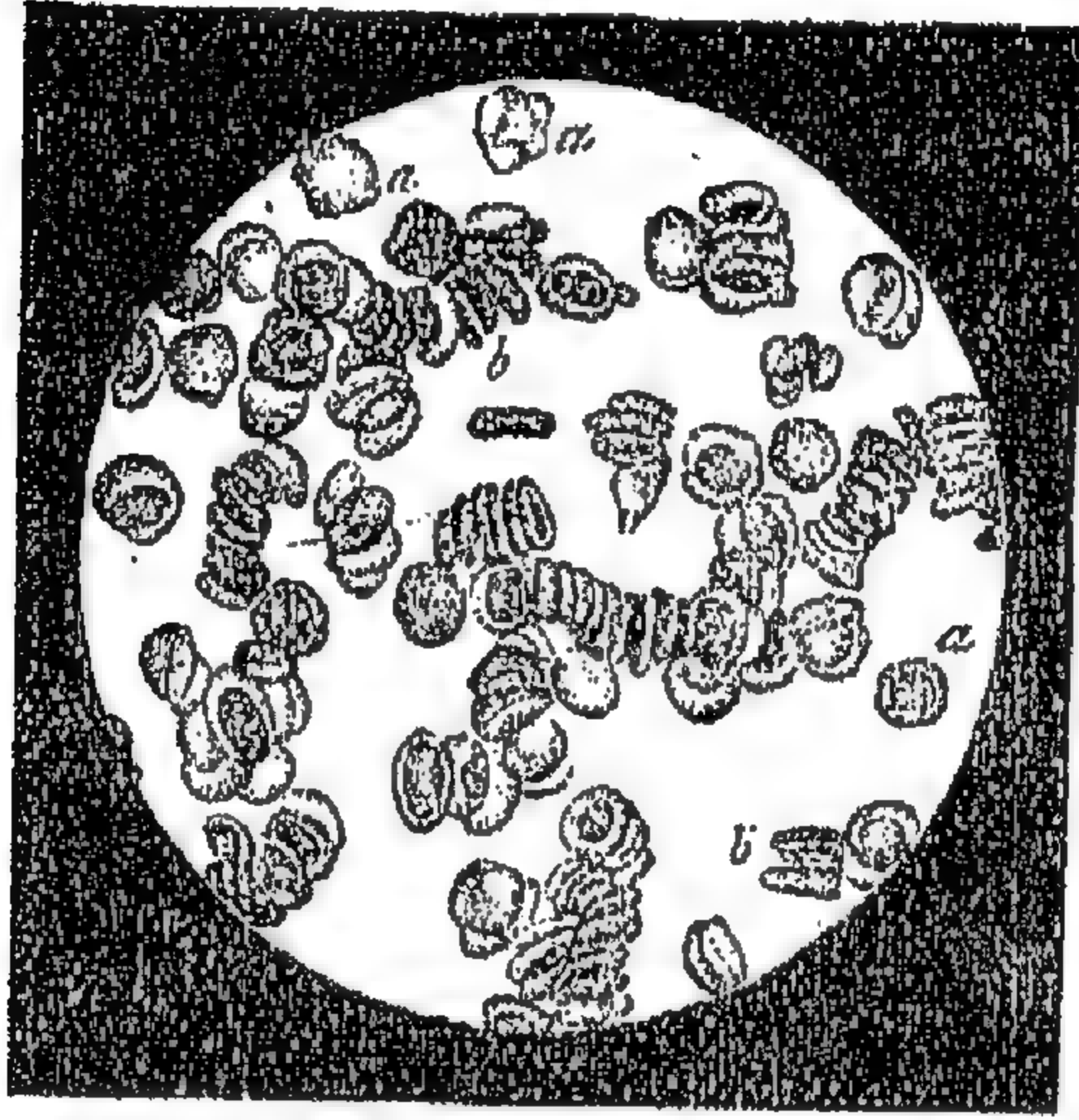
تركيب الدم — يفحص الدم بالميكروسكوب نجده مكونا من سائل أصفر اللون يسمى بلاسما تسبح فيه أجسام صغيرة تسمى بالكرات البيضاء والحمراء

والكرات الحمراء أكثر عدداً من الكرات البيضاء حيث نجد مقابل كل كرة بيضاء ٥٠٠ الى ٦٠٠ كرة حمراء وفي الدم السليم نجد في كل متر مكعب خمسة ملايين كرة حمراء في الذكر وأربعة ملايين ونصف في الانثى

وظيفة كرات الدم — هي نقل الاوكسجين من الهواء الموجود في الرئتين الى الانسجة وداخل الكرات الحمراء مادة ملونة مهمة تسمى هيموجلوبين وأهمية هذه المادة انها تتحد مع الاوكسجين بسهولة

ومن وظائف كرات الدم البيضاء حماية الجسم من الميكروبات  
المرضية لأنها تقتلها اذا تغلبت عليها وتساعد على امتصاص المواد  
الزلاية والدمية

شكل (٢٥) كرات الدم الحمراء والبيضاء



### الجهاز التنفسي

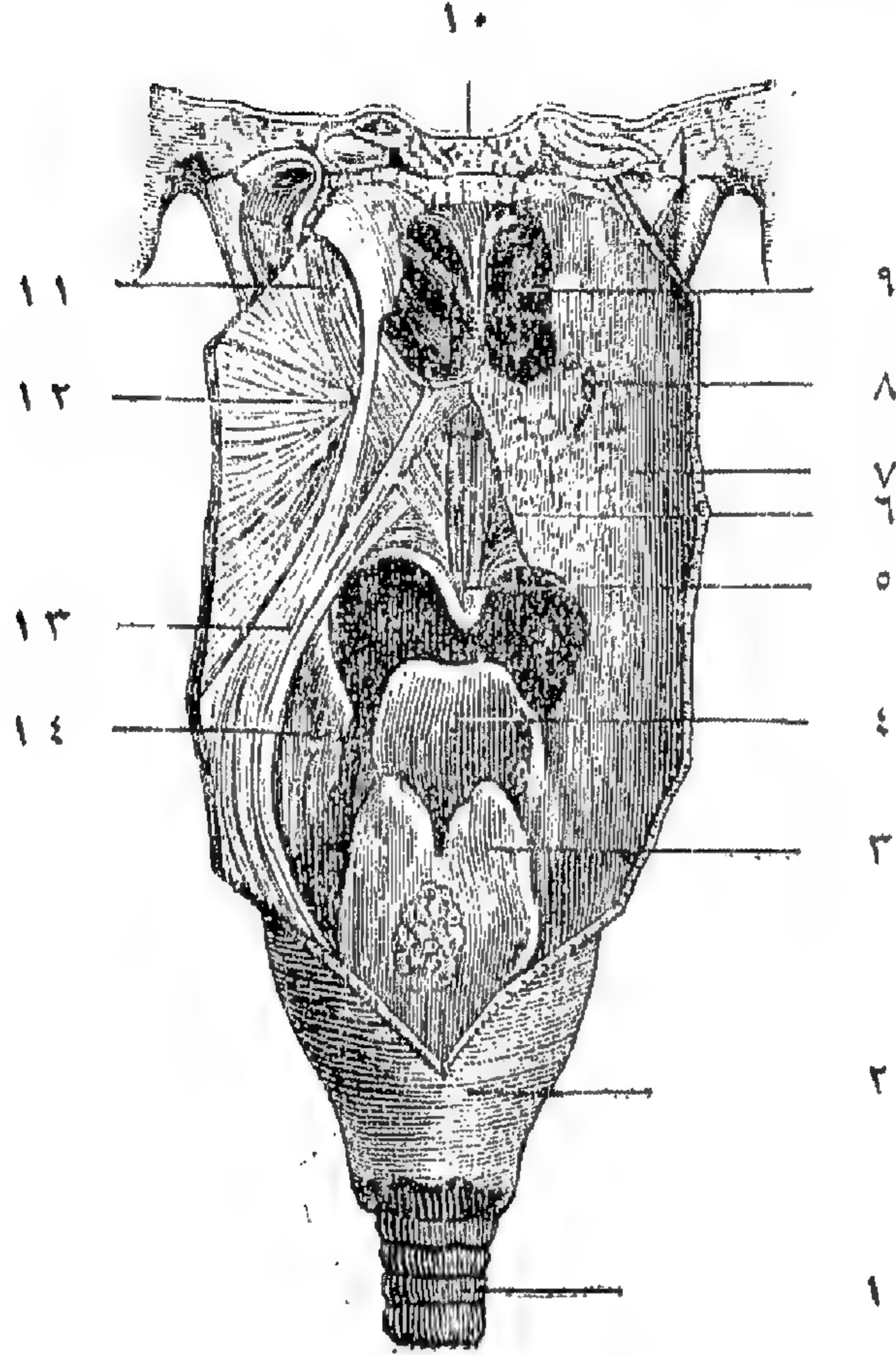
هذا الجهاز مركب من أعضاء تقبل الهواء لتنظي أوكسجينه  
للدّم لأصلاحه وتخرج الغاز الذي لا منفعة له في الجسم وهي الحنجرة  
والقصبة الهوائية . والشعب والرئتان  
الحنجرة — هي ابتداء أعضاء التنفس ولها زيادة عن ذلك  
وظيفة تكوين الصوت وهي موضوعة في الجزء العلوي المتوسط المقدم



من العنق بين العظم اللامي من أعلى والقصبية من أسفل وامام المريء  
وخلف الجلد وعضلات العنق المقدمة وتكون في العنق بروزاً يسمى  
بتفاحة آدم مركبة من غضاريف متصلة ببعضها بأربطة وتتحرك  
على بعضها بعضلات

أما لسان المزمار فموضوع بين قاعدة اللسان والغضروف الدرقي  
وشكله مثلث معد لسد فوهة الحنجرة وقت الازدراء والغضاريف  
منضمة لبعضها بواسطة أربطة

شكل (٢٦) الحنجرة والبلعوم من الخلف \*



\* (١) القصبة الهوائية (٢) الغضروف الحاقى (٣) الغضروف الطرجهالى  
(٤) لسان المزمار (٥) الغلاصمة (٦) سقف الحنك اللحمي (٧) جدار البلعوم  
(٨) بوق استاكيوس (٩) فتحة الحفر الانفية الخلفية (١٠) العظم الوتدي أحد  
عظام الجمجمة الموضوع بقاعدتها (١١ و ١٢ و ١٣) عضلات البلعوم (١٤) اللوزة

المزمار — هو الجزء الضيق من الحنجرة وهو المسافة المثلثة

المحصورة بين الاربطة الصوتية اليمنى واليسرى ولاقطاره المختلفة على

حسب الاشخاص ارتباط بأوصاف الصوت والسطح الباطن للحنجرة



مغطى بغشاء مخاطي هو امتداد من الغشاء المخاطي للبلعوم  
القصبة — هي امتداد من الخنجرة موضوعة في الجهة المقدمة  
الوسطى من العنق أمام المريء وتتفرع في الصدر الى فرعين يسميان  
بالشعبتين اليمنى منها قصيرة واليسرى دقيقة واليمنى منقسمة الى ثلاثة  
فروع واليسرى الى اثنين وهذا الانقسام مقابل لعدد الفصوص  
الموجودة في كل رئة وهذه الفروع جميعها تدخل في المنسوج الخاص  
للرئتين وتتفرع فيه الى فروع كثيرة

الرئتان — عضوان شكلهما مخروطي ومنسوجهما المركب لهما  
ذو طبيعة اسفنجية موضوعان في تجويف الصدر ومنفعتهما احالة الدم  
الوريدي الى دم شرياني وكل رئة مألثة لنصف الصدر وقاعدتهما  
مرتكزة على الحجاب الحاجز وقتها متجهة الى أعلى ملاصقة للفتحة  
العليا للصدر الموجودة بين الضلعين الاولين والعمود الفقري منفصلان  
عن بعضهما بحاجز من البلورا

وكل من الرئتين منقسم الى فصوص فاليمنى منقسمة الى ثلاثة  
واليسرى الى اثنين ولونهما يختلف باختلاف السن وحالة الصحة  
والمرض . فيكون الاختلاف المذكور من اللون الاحمر الوردي الى  
اللون الازرق المسود وسطح الرئة مغطى بتمامه بالبلورا وتتكون من

جملة حويصلات تسمى بالحويصلات الرئوية وجملة أوعية يأخذ الدم حال مروره في الشبكة الوعائية المحاطة بالحويصلات الرئوية أو كسجين الهواء الموجود في هذه الحويصلات ويعطى بدله حمض كربونيك أو بخاراً مائياً يخرجان مع الزفير

وأعصاب الرئة تأتي من الرئوي المعدي ومن العظيم السمبأوي البلورا — هي غشاء مغلف للرئتين مكون لثلاثة أكياس مصلية اثنان كبيران جانبيان وواحد مقدم متوسط . فالأولان يحتويان على الرئتين والآخر على القلب وسطحها الباطن يفرز مواد مصلية تسهل حركة الرئتين

أنظر شكل ٢٣ صحيفة ٤٤

الحجاب الحاجز عضلة مفرطة تفصل التجويف الصدري عن البطن وهو أعظم عضو فعال في حركة التنفس بانقباضه وانبساطه التنفس ضروري جداً للحياة وأي مانع يمنعه ينشأ عنه الموت في الحال ويسمى الموت بالاسفكسيا كالوت بالغرق والختق والشنق وكم النفس وكلما كانت كمية الهواء النقي الداخلة للجسم كثيرة كانت استفادة الجسم منها أكثر وبالعكس!



مثال ذلك الاولاد الذين يعيشون في الخلاء المحتوي على هواء  
نقي فانهم يكونون أقوى بنية وصحتهم معتدلة بخلاف الاولاد الذين  
يعيشون في جو المدن غير النظيفة الحامل للأتربة

ويتم التنفس بحركتين شهيق وزفير ففي حركة الشهيق تنقبض  
عضلة الحجاب الحاجز وترتفع الاضلاع بعضلاتها وتنخفض أحشاء  
البطن الى أسفل فيتسع تجويف الصدر فيدخل الهواء من الأنف  
والفم ماراً في الخنجره والقصبه الهوائية والشعب الى أن يصل الى  
الحويصلات الرئوية فيلامس الدم الوريدي بغشاء الحويصلات  
فيحصل بينه وبين الدم الوريدي تبادل عنصري فالهواء يأخذ من  
الدم الوريدي المواد غير الصالحة للبنية (حمض كربونيك) ويعطي الدم  
المواد الصالحة (أوكسجين)

وفي حركة الزفير تهبط الاضلاع وترتفع أحشاء البطن بانبساط  
الحجاب الحاجز ومنها يخرج الهواء غير الصالح للتنفس (حمض  
الكربونيك) من مجاريه التي دخل منها

## الجهاز البولي

هذا الجهاز يتكون من غدتين مفرزتين وهما الكليتان ومن قناتين موصلتين لسائل الافراز وهما الحالبان ومن مستودع يتجمع فيه سائل الافراز وهو المثانة

الكليتان — عضوان موضوعان في الجدار بين الخلفين لتجويف البطن وشكلهما كشكل حبة لوبيا وبالحافة الانسية لكل منهما تجويف يسمى بفرجة الكلية تخرج منه أوعيتها وأعصابها وتدخل ولون الكلى أحمر مائل للسواد ومنسوجها مكون من عدة قنوات تسمى بالقنوات البولية وبها أوعية وأعصاب

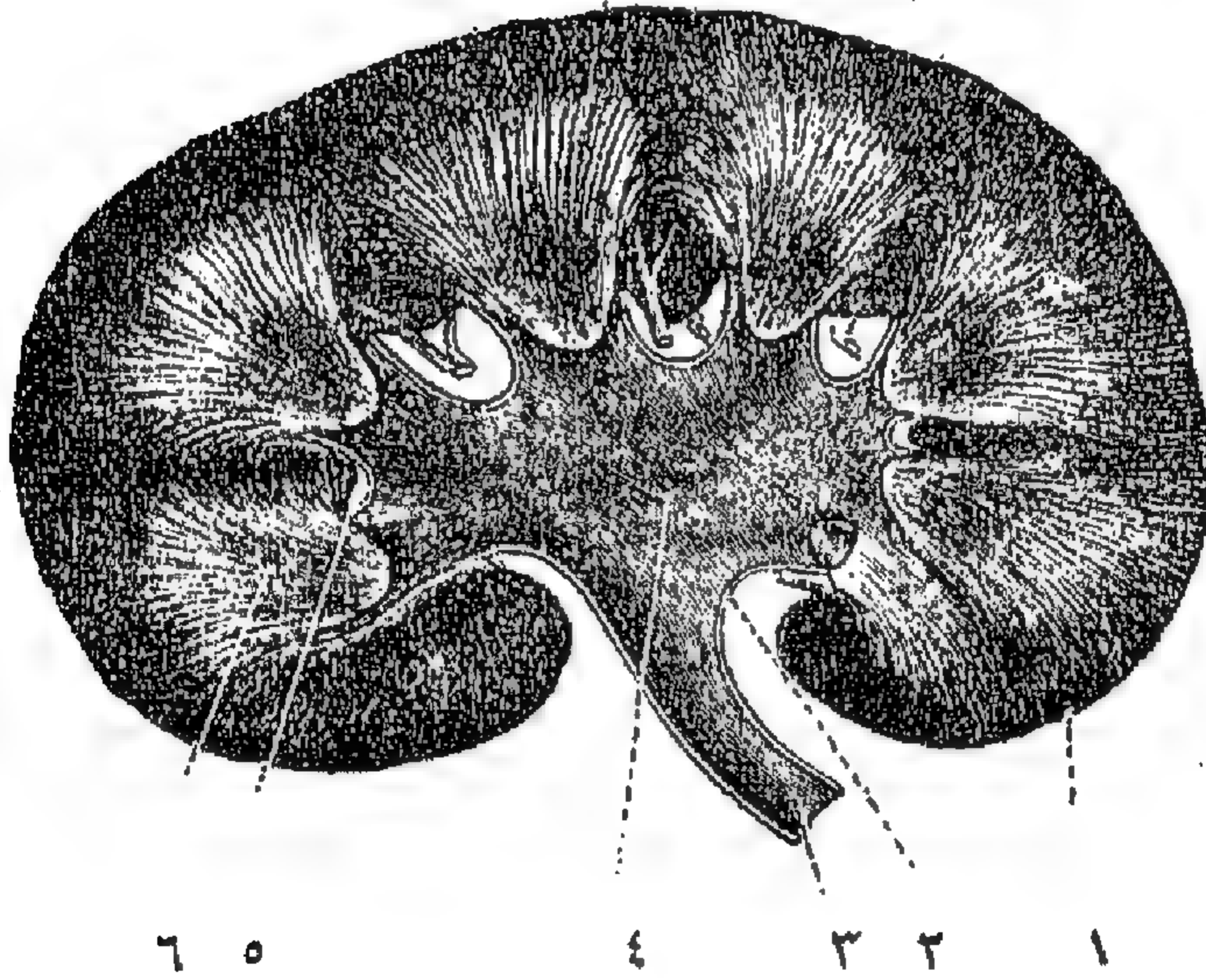
الحالبان — يتدثان من الكلى ويفتحان في باطن المثانة  
المثانة — هي كيس عضلي غشائي يتجمع فيه البول قبل خروجه الى الخارج ومنفعتها عدم خروج البول على الدوام وموضوعة في الجهة المقدمة من الحوض الصغير وتجاور من الخلف المستقيم وتتركب من ثلاثة أغشية مصلي وعضلي ومخاطي ومتى امتلأت المثانة يخرج منها البول بالارادة الى الخارج بواسطة قناة مجرى البول

والكليتان من أعضاء الافراز المهمة جدًا لتنقية الدم لتنظيم



وظائف الحياة والسائل الذي تفرزه وهو ( البول ) مختلف التركيب  
والمقدار بالنسبة للسن والصحة والمرض وسيأتي الكلام عليه في باب آخر  
وان حصل عطل في احدى الكليتين لاصابتها بحالة مرضية  
تعوضها الاخرى وان أصيبتا معا بحالة مرضية توجب عطل وظيفةتهما  
مات الانسان بتسمم الدم

شكل (٢٧) \*



\* (١) الجواهر القشري للكلى (٢) فرجة الكلى (٣) الحالب وهو القناة  
الموصلة البول من الكلى للمثانة وفي بعض الاحيان تنسد تلك القناة برسوب مواد  
رملية بها أو حصاة صغيرة فيحدث عند ذلك المغص الكلوي ( وجمع الجنب )  
(٤) حوض الكلى (٥) حويض الكلى (٦) كؤس الكلى أو هرمياتها

وقد اكتفينا بشرح تركيب الجسم ووظائف أعضائه وفيما ذكرنا  
كفاية ولم نعرض لذكر الباقي من الأعضاء . . . . التي سنشرحها  
في مؤلف خاص لاطلاع من تحتاج مهته الرجوع اليه  
وسنشرح بعد ذلك القوانين الصحية الشاملة لمعيشة الانسان في  
جميع أطوار حياته وما يطرأ عليه من الامراض وكيفية الوقاية منها



## الباب الثاني

---

### الوسائط الضرورية للحياة

حيث ظهر لنا الآن تركيب جسم الانسان وما يحتوي عليه من الاعضاء ووظائف كل منها وجب علينا معرفة الوسائط الضرورية لمعيشته التي بدونها لا تتم الحياة

---

### الفصل الاول

#### الهواء

الهواء — غاز مركب من الأوكسجين والازوت محيط بجميع الكرة الأرضية وهو من العوامل الضرورية للحياة كالطعام ويختلط بالهواء غاز آخر يعرف بحمض الكربونيك وأبخرة مائية من تصاعد المياه وغبار منتشر من سطح الارض وأرجون واوزون ونوشادر وخلاف



ذلك ومنزلة الهواء خارج الجسم منزلة الدم داخله يتنفس منه الانسان غاز الأوكسجين بحركة الشهيق لاصلاح الدم الفاسد ويخرج حمض الكربونيك غير الصالح للتنفس بحركة الزفير كما تفعل ذلك جميع النباتات بعكس ما كان يعتقد من قبل من أن النباتات تأخذ حمض الكربونيك وتخرج الاكسجين في عملية تنفسها والحقيقة هي

ان جذور النباتات غير قادرة على امتصاص الكربون ضمن باقي المواد الاخرى التي تغذى منها باقي النبات وحيث ان الكربون ضروري لتكوين موادها العضوية فهي تحصل عليه من غاز حمض الكربونيك الموجود بالجو بأن تأخذه بواسطة المسام الموجودة في بشرة أوراقها ( الثغور ) فتتحد مع العصارة الصاعدة غير المجهزة حتى اذا تلامست مع غاز حمض الكربونيك الآتي في الجو يحصل بينهما تبادل عنصري ينشأ عنه تكوين مواد عضوية أهمها النشاء الا ان هذا النشاء غير قابل للذوبان في عصارتها فهو لا يستطيع حينذاك أن ينتشر في جدران الخلايا فتستعين بذوبانه أي النشاء باستنشاق غاز الاوكسجين لكي يؤثر على المواد النشوية بمساعدة الخميرة الموجودة داخل خلاياها المعروفة بالدياستاز فتستحيل المواد النشوية الى مواد سكرية قابلة للامتصاص وبهذا التفاعل أي

احتراق المواد النشوية الى سكرية ينتج عنه خروج حمض الكربونيك  
كما تفعل ذلك الحيوانات

فالهواء عليه مدار التنفس لانه متى لامس الدم الوريدي يحمله  
الى دم شرياني صالح لتغذية الجسم بحيث انه اذا اقتطع عن  
الحيوان والنبات هلكا جميعا

وكل الف جزء من الهواء النقي الصالح للتنفس يحتوي على  
النسبة الآتية

أوكسجين	١٩٧	جزء
أزوت	٧٨٨	»
أبخرة مائية	١٤	»
حمض كربونيك	١	»

١٠٠٠

وان زاد مقدار الأوكسجين عن النسبة المذكورة فاستنشاقه  
يسرع دورة الدم وان زاد مقدار حمض الكربونيك فاستنشاقه  
يحدث آلاما في الرأس وانحطاطا وهبوطا في الجسم ثم الاختناق  
ويختلف التركيب الكيماوي بحسب ابتعاده واقتربه عن سطح  
الأرض وكل مائة جزء من الهواء النقي الصالح للتنفس تحتوي على

النسبة الآتية بحسب ابعاده عن سطح الأرض حسب الجدول الآتي

الابعاد بالكيلومتر	حمض الكربونيك	او كسجين	أرجون	أزوت	ايدروجين
٠٠	٠٠٣	٣١٦	١٦٢٠	٧٧٦٧٥	٠٠٢
١٠	٠٠٢	١٨٦٤٣	٠٠٧٥	٨٠٦٧٤	٠٠٦
٢٠	٠٠١	١٦٦٠٧	٠٠٤٦	٨٣٦٢٦	٠٢٠
٣٠	—	١٣٦٩٠	٠٠٢٨	٨٥٦١٨	٠٦٤
٤٠	—	١١٦٨٦	٠٠١٦	٨٥٦٩٤	٢٠٠٤
٥٠	—	٠٩٦٨٣	٠٠١٢	٨٣٦٩٤	٦٦١١

ومن هذا الجدول يعلم أن الانسان لا يستطيع أن يعيش في هذه الابعاد ويمكنه أن يعيش على بعد لا يزيد عن الف متر من سطح الأرض وان كان بعض السواح مثل Zurbriggin زوربريجن استطاع أن يرتفع الى ستة آلاف قدم فوق جبال الحملايا بالهند إلا أنه أصابه الضعف والانحطاط وضيق في التنفس وارتخاء في العضلات وخروج الدم من الاغشية المخاطية (الرعاف)

وأغلب المشتغلين بالطيران استطاعوا أن يرتفعوا لغاية ٨٦٠٠



قدم مثل ما حصل لكروسييه سينيل وسيفيل الذين ماتا بسبب هذا  
الارتفاع

ثم ان التأثيرات التي يشعر بها الانسان في الارتفاعات الزائدة  
عن الف متر هي سرعة ضربات القلب والخفقان

فساد الهواء — يخالط الهواء في حالته الطبيعية مواد خلاف تركيبه  
أخصها حمض الكربونيك الذي يزداد في المدن والاماكن المزدحمة  
بالسكان وفي أود النوم غير المتجدد هواؤها ومن طبيعة هذا الغاز  
انه ينحدر الى أسفل لثقله فيوجد بكثرة في قاع الآبار وهذا سبب  
موت كثير من الغواصين الذين ينزلون في الآبار لاستخراج شيء  
منها ويعتقد العوام ان سبب موتهم وجود عفريت في تلك المحلات  
ومن علامات هذا الغاز انه يطفى النور وعند ذلك لايجوز  
الدخول في المحلات المذكورة غير المتجدد هواؤها الا اذا أشعل نور  
فيها فاذا طفى كان دليلاً على وجود حمض الكربونيك فلتتقية هواء  
تلك المحلات يطرح فيها كمية من الجير الحي وبعد ذلك يوضع بها  
مصباح فاذا استمر نوره كان ذلك دليلاً على زوال حمض الكربونيك  
فيسوغ الدخول فيها بدون خطر

ومن المواد التي تفسد الهواء ما يخرج من الجسم بواسطة البخار

الرئوي والجلدي وللإبخرة المذكورة رائحة مخصوصة تشر بها الثياب  
والاثاث فتعين على فساد الهواء خصوصاً في الأماكن المزدحمة بالناس  
كما يشاهد في بعض السجون غير الصحية والتي قد ينشأ من فساد  
هوائها انتشار بعض الأمراض بين المسجونين ولكمية البخار المائي  
في الهواء تأثير عظيم في صحة الإنسان فإذا كان الهواء متشبعاً بالبخار  
كان العرق قليلاً وكذا الإفراز البولي وبالعكس إذا كان الهواء جافاً  
وإذا كان الهواء رطباً حاراً أحدث ارتخاء وضعفاً في الجسم ومن  
المشاهد أن المرضى ينقون بسرعة متى كان الطقس جيداً

وإذا كان الهواء بارداً رطباً يتسبب عنه أمراض الصدر  
والمفاصل والاسهالات لأنه يحيط درجة الحرارة الحيوانية فينقص  
العرق الجلدي

وإذا كان جافاً ودرجة حرارته مرتفعة زاد التبخر الجلدي  
والرئوي وعند ذلك يحدث نقص ظاهر في ثقل الجسم  
أما إذا كان جافاً بارداً فيكون منهشاً للجسم

ومن أسباب فساد الهواء الإبخرة الغازية المتصاعدة من البرك  
والمستنقعات والمراحيض ومن مداخن الواپورات والفايرينات  
المجاورة للمساكن غير المستوفية الشروط الصحية

## الوقاية من فساد الهواء

- ١ يمنع نوم جملة أشخاص في مكان واحد مغلق الابواب والنوافذ واذا كان غير ممكن تقليل النائمين في غرفة واحدة وجب ترك بعض النوافذ مفتوحاً فتحاً كاملاً أو بعض الفتح . أما الخوف من دخول البرد فوهم لان دخول الهواء البارد أقل ضرراً من التنفس في الهواء الفاسد
- ٢ يجب أن تكون محلات الاجتماع كالمدارس والمساجد والكنائس والسجون بها منافذ كافية للتهوية
- ٣ يجب فتح نوافذ غرف النوم مدة النهار واغلاقها قبل وقوع رطوبة المساء في الفصول الباردة وفي زمن الصيف لا مانع من فتح بعضها في الليل بشرط أن لا يكون مجرى الهواء ماراً على سرير النوم ولا سيما بالنسبة للأطفال
- ٤ يجب التحفظ من الهواء البارد الرطب في كل زمان ولا سيما مدة النوم وبعد التعب وعند وجود العرق
- ٥ يجب تعريض الفراش للهواء بضع دقائق
- ٦ يجب طلاء حوائط المنازل بالجير من زمن لآخر لاجل تنقية



الهواء من المواد العفنة والابخرة الفاسدة كما دعت  
الضرورة لذلك

٧ يجب رش الأرض بالماء قبل الكنس لمنع تطاير الغبار منها  
ودخوله بمجاري التنفس بواسطة الاستنشاق الذي قد يسبب  
في بعض الاحيان ثقل بعض الميكروبات الضارة للانسان

٨ يجب ردم البرك والمستنقعات المجاورة للمساكن

٩ يمنع التصريح بانشاء وابورات أو قابريقات أو معامل بمجوار  
المساكن ما لم تكن مستوفية الشروط الصحية تحرزا من  
فساد الهواء بما يتصاعد منها من الدخان وعلى العموم يؤخذ  
رأي الادارة الصحية فيما يماثل تلك المحلات

معرفة كثافة الهواء — تعرف بالآلة المعروفة بالبارومتر الذي  
ينخفض فيه عمود الزئبق في الاماكن العالية ويرتفع في الاماكن  
المنخفضة لزيادة ثقل الهواء وبواسطة الآلة المذكورة يستدل على  
التغيرات الجوية فان ارتفاع الزئبق يدل غالبا على الصحو وانخفاضه  
يدل على حدوث المطر أو الرياح الشديدة

## الفصل الثاني

### الغذاء

القصء من تناول الغذاء اعطاء الجسم المواد التي تعين على نموه وتعويض ما يفقده الجسم والانتفاع بها كمواد احتراق يحفظ الجسم بها حرارته

ولكي نعرف أنواع الاطعمة التي تؤدي الى هذه النتيجة يلزمنا أن نعرف المواد التي يتركب منها الجسم نفسه فالجسم يتركب من المواد الآتية

( ١ ) ماء وهو يكون الجزء العظيم من الجسم لاننا لو فصلنا الماء من الجسم لنقص منه ثلثا وزنه

( ٢ ) أملاح معدنية وأهمها كلورور الصوديوم ( ملح الطعام ) وكربونات وفوسفات الجير وهذان الملحان هما المعول عليهما في تكوين العظام

( ٣ ) المواد السكرية والنشوية وهي المواد التي عليها المعول في

الاحتراق

( ٤ ) المواد الدسمة وهي من مواد الاحتراق أيضاً

( ٥ ) المواد الزلالية وهي قاعدة تكوين الانسجة ومصل الدم

والكرات الدموية بل وجميع أعضاء الجسم

وخلاف ما ذكر توجد مواد أخرى بمقادير قليلة جداً مثل

الحديد وهو عنصر مهم بالنسبة للدم وهو ان قل مقداره في الجسم

أحدث المرض المسمى بالانيميا ( فقر الدم )

يستتج مما تقدم ان الاغذية لاجل أن تقوم بوظائفها المطلوبة

منها يلزم أن تشمل على هذه المواد التي ذكرناها

فاللآء نجده في المشروبات التي نشربها وداخلا في تركيب كل

المواد الغذائية

والاملاح المعدنية نجدها بكثرة في الخضروات

والمواد التشوية والسكرية نجدها في السكر والنشا والارز

والخضروات كالبطاطس وغيرها

والمواد الدسمة نجدها في الزيوت والدهن والسمن

والمواد الزلالية أى المواد الازوتية نجدها في اللحوم وزلال

البيض والجلوتين الموجود في القمح والكازين الموجود في اللبن



يُنتج مما تقدم ان الانسان يلزمه أن يجعل غذاءه من الانواع المذكورة وان كان أغلب الاغذية على حدتها تحتوي على جميع المواد المطلوبة للجسم.

فالخبز مثلاً يحتوي على مواد هي الجلوتين والنشا وأملاح أهمها ملح الطعام فلو أضيف الى الخبز قطعة من السمن وقليل من الماء تكون منها غذاء تام

ثم ان طعام الفقير مهما كان بسيطاً فهو عادة يحتوي على كل المواد الغذائية على بساطتها وطعام الغني مهما كان متنوعاً فهو لا يزيد عن المواد الغذائية المطلوبة

وكية الغذاء الذي يحتاج اليه الانسان تختلف بالنسبة للسِّن والنوع والحالة الصحية وأحوال أخرى استثنائية فالرجل يأكل أكثر من الطفل والذكر أكثر من الانثى عادة والسليم أكثر من المريض وبالعكس في بعض الامراض كالبول السكري

---

## أنواع الاغذية

حيوانية ونباتية ومعدنية

## الاغذية الحيوانية

اللبن — سائل أبيض معتم يحتوي على كرات من مواد دسمة ومواد زلالية وسكر اللبـن وأملاح معدنية وأنواع الالبان المستعملة في التغذية ليست متحدة في التركيب بل تختلف باختلاف المواد الداخلة في تركيبها

وأكثر الالبان حلاوة لبن المرأة وكذا لبن الاثـان فان هذين النوعين يحتويان على كمية قليلة من السمن والمواد الزلالية الموجودة في لبن البقر

ويختلف تركيب لبن المرأة في الاحوال الآتية  
أولاً زمن الرضاعة فان لبن المرأة كلما صار قديماً كلما نقصت المواد الزلالية الداخلة في تركيبه

ثانياً الغذاء فان كان حاوياً لمواد زلالية كثيرة كان هذا داعياً الى ازدياد نسبة السمن والسكر وان كان حاوياً كمية عظيمة من المواد الدسمة كان هذا داعياً الى تقليل كمية السمن في اللبـن وان كان غذاؤها قليلاً قل

وجود الكاسيين والمواد الدسمة في لبنها ولكن السكر يبقى  
على حالته

ثالثاً الاملاح المعدنية والكوثرول والعلاجات التي تدخل في  
الجسم كذلك يدخل جزء منها في اللبن وهذا هو السبب  
في أنه لا بد من الاعتناء الشديد بأغذية المرضعات حتى  
يكون لبنهن صالحاً لنمو أولادهن

أما لبن المعز فتكثر فيه القشطه وله رائحة تفوق رائحة لبن  
البقر مع أنه يقرب منه في التركيب

لبن الغنم يكثر فيه السمن والكاسيين

لبن الاتان — يقرب من لبن المرأة في التركيب الكيماوي فهو  
سهل الهضم وهذا هو السبب في أن كثيراً من الاطباء يصفونه  
لكثير من المرضى الذين يتألمون من القناة الهضمية التي لا تقوى على  
تحمل أي نوع آخر من الالبان

لبن الجاموس — كثير الاستعمال في تركيا والقطر المصري وفيه  
كثير من المواد الدسمة لدرجة أن كل لتر منه يحتوي على كمية  
من المواد الدسمة من ٧٠ الى ٨٠ جراماً . وهذا هو السبب في



أن هذا اللبن ليس سهل الهضم ولذلك يجب منع الاولاد الصغار من شربه وكذا المصابين بمرض عسر الهضم

### غش اللبن

لمعرفة غش اللبن يلزمنا معرفة الثقل النوعي للبن البقر الذي يختلف بين ١٠٣٠ و ١٠٣٣ فكثيراً ما يغش اللبن بالماء فيخف ثقله النوعي ويعرف ذلك بميزان اللبن المعروف باللاكتمتر lactometre وهو عبارة عن أنبوبة في أحد طرفيها انتفاخ مملوء بالزئبق وعلى تلك الانبوبة أعداد فاذا وضع في الماء المقطر كان سطح الماء مقابلاً للصفر واذا وضع في سوائل مختلفة الثقل النوعي دلت عليه الاعداد المذكورة وقد يغش بالماء ولكي لا يظهر الغش باختلاف الثقل النوعي يضيفون ما يخفى ذلك من الملح أو النشاء أو الطباشير واذا غش بالماء فقط كالمهود في هذه البلاد فيستدل على الكمية

المضافة من الجدول الآتي

٩	لبن مع ١ ماء	.....	=	١٠٢٧
٨	» ١ »	.....	=	١٠٢٥
٨	» ٢ »	.....	=	١٠٢٤

٧ لبن مع ٣ ماء . . . . . = ١٠٢١

٦ » » ٤ » . . . . . = ١٠١٨

٥ » » ٥ » . . . . . = ١٠١٥

اللبن المغلي — غلي اللبن يلفظ في خاصياته فيغير طعمه ويجعله  
لذيذ المذاق خصوصاً فيما يختص بالسكر ولا شك ان الحرارة تقلل  
كمية الكاسيين الداخلة في تركيبه وذلك لان جزءاً من هذا الزلال  
يصعد على سطح اللبن ويكون قشرة وزيادة على ذلك فان غليه يعدم  
المحمرات الذاتية فيه وهذا ما يجعل اللبن عسر الهضم والغلي له فائدة  
عظمى هي قتل الميكروبات الضارة

دقيق اللبن — قد تمكن الكثير من الباحثين من ايجاد طريقة  
جيدة لحفظ وتقل اللبن من مكان الى آخر وذلك بتجفيفه وسحقه  
ولعمل اللبن السائل من هذا المسحوق يكفي أن يخلط بالمسحوق  
كمية من المياه درجة حرارتها ٦٠ ولقد عملت التجارب في مدينة  
نيويورك وأنتجت نتائج حسنة جداً خصوصاً بالنسبة للأطفال وشوهد  
أن اللبن المذكور عند ما يصل معدة الطفل يصير كأنه لبن امرأة

لبن الياغورت ( المعروف بلبن الزبادي ) — هو اللبن الرايب  
عند البلغار بين ومزيتة تجرده عن الميكروبات الضارة لغليه وهذا

ما جعل كثيراً من الأطباء يصفونه للمرضى بالسل ولذوي الأمراض  
المعوية والحميات العفنة فانه دواء ناجع بلا ريب

الزبدة — لون الزبدة يختلف ما بين الأبيض والأصفر البرتقالي  
وتستعمل خالية من الملح أو مضافا إليها قليل منه لا يزيد عن خمسة  
في المائة

والزبدة كاللبن تحدث أحيانا أضرارا جسيمة ينتج عنها أمراض  
معوية كالدرن وكثيرا ما نجد الزبدة مغشوشة فلاحتراس من  
ذلك يجدر بنا في هذه الحالة ان نعود الى التحليل الكيماوي لتأكد  
من جودتها ولذا نكون بمأمن من الأمراض التي تنتج من تناول زبدة  
لعبت في تركيبها أيدي الغش : ويمكن تقليد الزبدة بسهولة باستعمال  
أنواع مختلفة من شحوم الحيوانات

القشطة — اذا أخذنا كمية من اللبن وعرضناها للهواء وتركناها  
على هذه الحال مدة نرى أن المواد الدسمة الداخلة في تركيب  
اللبن ترتفع شيئا فشيئا على سطح اللبن وتكون قشرة سميقة تعرف  
بالقشطة

والقشطة تحتوي على الكاسيين وقليل من زلال اللبن وسكر اللبن



(الاكتوز) وكية وافرة من الخيرة علاوة على المواد الدسمة الداخلة  
في تركيبها

إذا فالقشطة غذاء مفيد ولها مزية أخرى وهي سهولة الهضم  
الجبن — الجبن على اختلاف أنواعه في الغالب سهل الهضم لانه  
يحتوي على جزء كبير من العناصر الغذائية وليس الحصول عليه صعباً  
فان أثمانه في الغالب زهيدة جداً وهذا هو السبب الذي جعل قسماً  
كبيراً من الطبقة المتوسطة والفقيرة من الناس وخصوصاً العمال  
يأتمدون به

وبما أن الجبن لا يحتوي على مواد زلالية ولا مواد دسمة  
والغرض من المواد الدسمة هنا الشحوم نرى الاطباء يصفونه كعلاج  
نافع للمصابين بداء البول السكري

إذا استعمل الجبن مع الخبز كان غذاء كاملاً وكذلك لا ضرر  
في أن يدخل الجبن في كثير من الاطعمة العادية

الشحم — شحم الخروف والثور يستعمل غالباً في الطبخ وهو  
يحتوي على مقدار كبير من الاستيارين وهو أقرب الى الهضم من  
الزبدة

البيض — يتكون من قشرة ظاهرة أسفلها غشاآن رقيقان ثم البياض أو الزلال وبوسطه الصفار ويحتوي البيض على العناصر التي لا بد منها لنمو الحيوان الصغير فهو للانسان من أهم الاغذية سهل الهضم قابل للتشيل ومصلح للمنسوجات وقد أظهر التحليل الكيماوي ان صفار البيض هو أهم جزء للتغذية لما احتوى عليه من المواد الدسمة والحديد

ويختلف لون صفار البيض باختلاف أطعمة الدجاج فاحسن البيض ما كان صفاره نقيا فان ذلك دليل على أن الدجاجة تغذت بالحبوب ومنى كان اللون باهتاً كان هذا دليلا على أن الدجاجة تغذت باللحوم ويخضر لون صفار البيض اذا تغذت الدجاجة بالأعشاب ويسود اذا تغذت بالحشرات وقد يؤثر طعام الدجاجة اذا كان رديئاً على البيضة فيجعل لها مذاقاً تنقبض له النفس

والبيض سهل الهضم اذا كان مصلوقاً صلباً خفيفاً وهو المعروف عند العوام بالبيض البرشت ويستعمل مقوياً في الحيات الضعيفة وفي زمن النقاهاة من الأمراض يمزج الصفار باللبن والسكر وإضافة بعض نقط من منقوع القرقة

كيفية معرفة البيض الحديث من القديم العفن — هي أن تذاب ثمانية دراهم من ملح الطعام في ثمانية دراهم من الماء فإذا كان البيض حديثاً غطس فيه وان كان قديماً عام على سطحه وان كان رديئاً جداً عام في الماء الصرف غير المضاف اليه ملح

بيض الاسماك — المعروف بالبطارخ لا يختلف كثيراً عن بيض الدجاج فهو يحتوي على مواد آزوتية كثيرة وكذلك جزء من الفوسفور ولكنه لا يدخل في كمية كبيرة من الاغذية وانما يستعمله الروسيون في استحضار نوع من الاغذية اسمه الكفيار يستعملونه كثيراً لغذائهم وهو كما يقولون غذاء مفيد جيد صالح

### اللحوم

الانسان يغذي نفسه باللحوم وكذا بالنباتات لان الوسط الذي يعيش فيه يحتم عليه استخراج معظم أغذيته إما من الحيوانات أو النباتات. وسكان المدن يقتاتون باللحوم أكثر من سكان الارياف ولقد اتضح من المباحث الحديثة أن استهلاك اللحوم يقل شيئاً فشيئاً ويدخل ضمن أنواع اللحوم لحم الثور والعجل والخروف



## أنواع اللحوم المختلفة

تنقسم اللحوم بحسب أنواعها الى ثلاثة أقسام اللحوم البيضاء .  
واللحوم الحمراء . واللحوم السوداء .  
أما اللحوم البيضاء فيدخل ضمنها أولاً لحوم الحيوانات الصغيرة  
السن كالعجل والجدي والحمل أي الخروف الصغير ثانياً لحوم بعض  
الحيوانات المنزلية كالديك والاوز والبط والحمام والارانب فهذه  
اللحوم أغلبها يتكوّن من خيوط عضلية رفيعة تملأ فيها المواد الدسمة  
وهذا هو السبب في كونها سهلة الهضم وتصلح للمصابين باحراض  
المعدة

أما اللحوم الحمراء فهي لحوم الحيوانات الكاهلة كالثور والخروف  
فيكثر فيها الدم وكذا الحديد وهي أكثر اللحوم عصارة وأوقتها  
للمصابين بقر الدم  
وأما اللحوم السوداء فهي لحوم الحيوانات المتوحشة سواء كانت  
من ذوات الريش أو ذوات الوبر كالديك البري والحجل وذكر  
البط واليس البري والخنزير البري والأرنب البري وغير ذلك من  
الحيوانات

ولحم الخنزير عسر الهضم ضارٌ جدًّا في البلاد الحارة لما  
يسبب عنه من اصابة المعتادين على أكله بداء التريشين ( مرض  
يعرف بظهور كثير من الديدان في عضلات الجسم )  
ويستحسن لحم المعجل اذا كان صغيراً أي اذا بلغ عمره من  
شهرين الى ثلاثة وأن يغذى باللبن أو البيض والمعجول التي عمرها  
أقل من ثلاثة أسابيع تضر لحومها أكثر مما تنفع  
أما لحم الحمل أي الخروف الصغير فيستحسن أكله اذا زاد  
عمره عن ستة شهور ولكن يشترط أن يغذى بالثدي ثم بالخبز  
المغموس في اللبن وأسهل اللحوم هضماً ما قل فيها وجود المواد  
للسمة

ويشترط في أكل لحوم الحيوانات أن لا تكون كبيرة السن  
وأن تكون خالية من الأمراض وعلى ذلك يجب الكشف عليها قبل  
الذبح بأربع وعشرين ساعة  
ويعرف السليم منها بأن يكون نشط الحركة لامع العينين  
أحمر الأنف المخاطي منتظم التنفس سهله وان يكون بهواء زفيره بلا  
رثمة وروثه طبيعياً

وان كان الحيوان مريضاً كان صوفه في بعض الامراض خشناً

واقفاً والآنف جافاً والعين ثقيلة واللسان بارزاً من الفم والتنفس صعباً  
وحركاته بطيئة وربما كان به اسهال

وبعد الذبح ينظر الى لون العضلات والى خلو الرئتين والكبد  
من الديدان والخراجات الصديدية فاذا وجدت أعضاؤه بهذه الكيفية  
يلزم احراقها وعدم استعمالها في الأكل لانه من المحقق أن اللحوم  
المريضة كثيراً ما تسبب المرض للانسان

ولا يتم هضم اللحوم كما ينبغي الا اذا تمزأت أجزاء صغيرة  
بحيث تتمكن عصارة المعدة والامعاء من العمل فيها

ومن الشروط التي تتعاق بهضم اللحوم كيفية طبخها وأفضلها  
ما يعرف بالرستو عند الاوروبيين فانها تزيد لذة الطعم وتسهل  
الهضم وكذلك الشواء ( اللحم المشوي )

أما اللحم المسلوق فان كان الغرض من سلقه أكل اللحم وجب  
وضعه في الماء بعد غليانه لاقبله لان ذلك يجمد المواد الزلالية في الطبقة  
الظاهرة ويحجز المواد الغذائية في الباطن ثم بعد خمس دقائق تخفف  
النار دون درجة الغليان واذا قصد من سلق اللحم تعاطي مرقته كما  
في الشوربا فيوضع في ماء بارد مقطعا ثم تزداد الحرارة تدريجياً الى  
درجة الغليان ويداوم ذلك مدة طويلة فتخرج المواد الغذائية من



اللحم الى الماء ويصير المرق لذيذاً قوي التغذية . أما اللحم فيصير  
هشاً عديم الفائدة عسر الهضم  
وأما اللحم المقلي ففسر الهضم ولا يجوز استعماله الا اذا سلق  
بعد ذلك أو طبخ فيصير لذيذاً مفيداً  
ومن أنواع الطبخ الجيد وضع اللحم في أوان مخصوصة في الفرن  
مخلوطاً بالتوابل ( المعروف عند المصريين بالطواجن )  
والقاعدة العامة في أكل هذه الأنواع أن يطبخ اللحم ببطء  
على نار خفيفة حتى يتم نضجها لان بعض أنواع اللحوم كالبسطurma  
والسجق ان لم يطبخا جيداً كان اكلهما سبباً لاصابة بعض الناس  
بالديدان كالودودة الوحيدة

### الطيور

منها الدجاج والحمام والاوز وطيور الصيد البرية وجميعها مغذية  
ولا تختلف اختلافاً كبيراً عن لحوم ذوات الثدي من جهة التغذية أو  
من جهة نوع طبخها

### الاسماك

السمك طعام جيد سهل الهضم لا يختلف عن اللحوم المذكورة  
لا في نقص المواد النتروجينية وزيادة الأملاح الفوسفاتية

ولما كان السمك سريع الفساد كان الشرط الاول في أكله أن يكون طريا حديث الاستخراج من الماء ويعرف من النظر الى الخيشوم والعينين فان كان الخيشوم أحمر زاهياً وكانت العينان لا يزال فيها اللعان جاز أكله والا فيرفض ولا سيما اذا ظهرت فيه رائحة الفساد وأفضل أنواعه المسلوق والمشوي أما المقلي منه فلذيذ الطعم ولكنه عسر الهضم لكثرة المواد الدسمة فيه

وأما أنواع الأسماك المماحة كالسردين وغيره قليلة المواد الغذائية فضلا عن أنها عسرة الهضم وفي بعض الاحيان تكون سامة اذا طال زمن مكثها في علب من صفيح ليست من نوع جيد ومن أنواع الأسماك البحرية الصدفية كأم الحلول . والجنبري . والاستريديا . وبلح البحر فلا يؤكل منها الا ما كان مطبوخاً لأنها قد تكون سبباً في نقل بعض أمراض معدية للإنسان

### الأغذية النباتية

يجب أن تكون أغذية الإنسان مشتملة على كمية عظيمة من النباتات وقد شوهد كثير من الناس ينجذون باللحوم ويمتنعون عن أكلها وهم النباتيون الذين يقتاتون بالفواكه والخضروات وقد أظهرت المباحث العلمية أن الأغذية النباتية فضلاً عن

احتوائها على مواد زلالية تحتوي على مواد دسمة وكمية عظيمة من مواد معدنية والأغذية النباتية لا تفوق الأغذية الحيوانية لأنها لا تمثل بسهولة وأهم الأغذية النباتية الحبوب والخبز والبنور والفواكه والخضروات والمشروبات المتخمرة

الحبوب ودقيق القمح — الحبوب تحتوي على مواد زلالية والغالب فيها هو النشاء والسكر الموجود بكمية عظيمة وإيست الحبوب واحدة في تركيبها فالارز مثلاً يحتوي على كمية عظيمة من النشاء أما الذرة والشوفان فيكثر فيهما وجود المواد الدسمة

أنواع الحبوب المختلفة — الحنطة على أنواع عديدة منها القمح اليابس ويكثر فيه وجود المواد الازوتية . والقمح الأخضر ويستعمل في استحضار المرققات والمغليات . ودقيق الشعير لا يصلح لعمل الخبز منه أما الشعير المنزوع عنه قشره اذا غلي مع الماء أو في اللبن فانه يحدث غذاء نافعا جداً

الذرة — لا تزرع بكمية كبيرة في أوروبا وهي أساس التغذية عند الاتراك والايطالين وسكان أميركا الجنوبية وصنف الذرة العويجه كثير الاستعمال في القطر المصري

الارز — هو أهم الأغذية عند أهالي الجنس الأصفر وكذلك



في أوروبا وفي أميركا ولكن منفعة الغذائية عالية جداً حتى أن بعضهم فضله على الخبز وكثيراً ما يكون الارز غذاء مهما للجيش

الخبز — قد أصبح الخبز الآن الغذاء الاساسي لكثير من الحيوانات حتى أخذ وضع الفطائر التي كانت تصنع قديماً والتي كانت تفوق الخبز الحالي بالخميرة التي تدخل في تركيب الخبز

والخبز المصنوع جيداً يحتوي على ٦٦ في المائة من المواد الصلبة و٣٤ في المائة من الماء ومنى جفف في الفرن بدون أن يحرقه لا يفقد أكثر من ٣٥ في المائة من ثقله أما الخبز الذي يحتوي على أكثر من ٣٥ في المائة من الماء فهو خبز مغشوش ويخشى حصول الغش من وجوده في الارغفة الكبيرة الحجم وهذا ما يقلل منفعة الخبز الغذائية ويجعله عسر الهضم

والخبز مضار منها أنه قابل لأن يكون مهيئاً وسبب ذلك المواد العفنة التي يحتوي عليها اذا أهمل حفظه وكذلك المواد التي يضيفونها للخبز حتى يكون لونه أبيض . ومن مضار الخبز تلوثه ببعض الميكروبات الضارة من أيدي الخدم أو من أيدي الذين يوزعونه على المنازل لأن بعض الخدم يضع الخبز في ملابسه أو يحمله تحت أبطه ولذلك يجب تجميره على النار قبل تعاطيه وبذلك تتحقق

نظافته ويتحول النشاء فيه الى ديكسترين وهو أسهل هضماً وأسرع امتصاصاً حتى قيل ان كل جرام من العيش الرقيق المحمص بدون احتراق يقوم في التغذية مقام عشر جرامات من اللحم

وللمصايين بالبول السكري خبز مخصوص وهو خبز الجلوتين لانه يحتوي على جلوتين ومادة دسمة ويحتوي أيضاً على كمية من النشاء بنسبة ٥ الى ٢٥ في المائة

أما ما يسمونه بالبسكويت وهو قطع صغيرة من الخبز يجففونها في الافران فهو سهل الهضم عن الخبز العادي ولكن مع الاسف يزيدون عدداً كبيراً من المواد الاخرى على عجينة البيض والسمن حتى يصير لذيذاً ولكنهم مع هذا يضعفون قوته الهضمية . وتوجد أنواع من البسكويت لم يدخلها خليط في تركيبها سهلة الهضم يصفها الاطباء للمصايين بأمراض المعدة

### الخضروات

الخضروات من المواد الضرورية للتغذية حيث أنه بدونها يظهر داء الحفر فـالخضروات علاوة على أنها تحدث في الجسد حرارة تساعد الانسان على أعماله وتجلب للجسم مواد مغذية مفيدة

فالبقول الخضراء تجلب كمية من الماء وهذا الماء يقلل من متانة وصلابة المواد البرازية أي أنها تمنع الإمساك

الفواكه — سهلة الهضم نافعة للجسم لاحتوائها على مواد سكرية وكمية عظيمة من الماء وتساعد على عدم تصلب المواد البرازية أيضاً

أما البقول الجافة كالبسلة . والفاصوليا . والفول . والعدس وغيرها فهي أغذية تحتوي على كمية كبيرة من الزلال والمواد النشوية وإن كانت هذه البقول لا تهضم بسهولة كاللحوم والدقيق لكن لها قيمة غذائية عظيمة

وبما أن هذه الأغذية منفعتها الغذائية عظيمة وكمية المواد الزلالية الداخلة في تركيبها عالية وأملاحها عديدة فلا شك أنها مفيدة للجسد لأنها تصلح ما فسد من المنسوجات

وبعض تلك الأنواع كالعدس والفول والفاصوليا يحتوي على كمية من الحديد وكثيراً ما تقوم مقام اللحوم ولكي تكون البقول الجافة سهلة الهضم يلزم أن يخرج منها الغلاف الظاهري الذي إذا بقي كان صعباً على العصارة الهضمية فيلزم وضع هذه البقول الجافة في الماء وتنقع ١٢ ساعة فعند ذلك تنفتح ثم



نوضع في الماء لدرجة الغليان فتنفصل منها تلك القشرة العسرة الهضم  
المواد النشوية والسكرية — تتكون هذه المواد الغذائية من  
الكربون والهيدروجين والأكسجين وفائدتها أنها تتأكسد وتحدث  
الحرارة الحيوانية

النشاء — يوجد في دقيق القمح ومن أنواعه الأراروت وهو  
على شكل مسحوق أبيض إذا فرك بين الأصابع يسمع له صوت  
وفائدته للمرضى والاطفال عظيمة ولا سيما إذا مزج وغلي مع  
اللبن . وكيفية تجهيزه لغذاء الاطفال ان يمزج منه ملعقة كبيرة مع  
فنجالين من الماء ثم يضاف اليه شيئاً فشيئاً نحو ١٥٠ درهماً ماء مغلياً  
أو لبناً مغلياً محلياً بالسكر أو غير محلي به ويحرك المزيج الى أن يتم  
العمل وقد يقوم مقامه نشاء التايو كا

السكر — أحسن أنواعه سكر الفصيص وسكر العنب وهو لا يختلف  
في التركيب عن النشاء إلا من حيث وجود مقادير الهيدروجين  
والأكسجين ولا تختلف فائدته عن النشاء الذي لا بد من تحويله  
الى سكر قبل امتصاصه ودخوله الدم

ومن فوائد السكر علاوة على حلاوته ولذة طعمه انه مضاد  
للفساد فتصنع منه المرببات التي تمكث زمناً طويلاً بدون تعفن

الاملاح المعدنية التي تدخل في تكوين الاطعمة العادية — هي  
ضرورية للحياة لان جسم الانسان يدخل ضمن تركيبه أملاح معدنية  
فلا بد من تجديدها

ومن العادات الرديئة أن يأكل بعض الأولاد والنساء نوعاً  
من الطين فيصفر لونهم وتضعف عضلاتهم وتكبر بطونهم وتبale  
عقولهم ويصابون بمرض الانكلستوما

الملح — هو من أهم المواد المعدنية التي توجد في الاطعمة في  
حالتها الطبيعية ومن فوائده المهمة أنه هو الذي يكون حمض  
الكورايدريك في العصارة المعدية الذي له دخل عظيم في الهضم  
وقد دلت التجارب على ان انقطاع الملح عن الانسان ينشأ عنه  
ضرر ربما أدى أخيراً الى الموت ومن فوائده انه مضاد للفساد  
ولذا تحفظ به اللحوم زمناً طويلاً

ومن الاملاح الضرورية للجسم فوسفات الجير الموجود بكثرة  
في أنواع الحبوب والخضروات واللحوم لانه يتكون منه معظم ثقل  
العظام وبعض أجزاء الانسجة واذا منع منه الاولاد أصيبوا بالكساح  
والحديد الموجود في الدم يوجد في أكثر أنواع الأطعمة  
الحيوانية والنباتية والكبريت والفوسفور فلا يخلو طعام منهما

البهارات — هي الفلفل والخردل والحوامض والخل ونحوها وهي تزيد افراز اللعاب وعصارة المعدة وتعين على الهضم ولكن الأكثر منها ضار وكذلك يقال في البصل والثوم والفجل والجرجير والكرات وشبهها

### أوقات الطعام

غذاء الصباح — يلزم أن يكون بعد القيام من النوم لكي ينال الجسد من القوة والنشاط ما يحتاج اليه قبل الشروع في أعمال النهار وقد اتفقت عامة الناس على أن يكون الطعام خفيفاً كالقهوة والشاي واللبن والخبز والزبدة والبيض البرشت

غذاء الظهر — يلزم أن يعقبه زمن راحة من الاشغال الجسدية والعقلية

غذاء العشاء — يجب السكون بعده وعدم النوم قبل مرور مدة كافية للهضم أقلها ثلاث ساعات وانا نفضل عدم الافراط في غذاء العشاء ان لم يمكن تركه لراحة المعدة

### أسباب الهضم الصحي

أولاً اجتناب الانفعالات النفسانية خصوصاً للضعفاء



والاطفال لانه من المحقق أن الهم والنم من اكبر أسباب أمراض  
المعدة

- ثانياً عدم الحديث في أمر مكر
- ثالثاً ترك شرب الماء قبل تمام الهضم
- رابعاً عدم ادخال طعام على طعام قبل هضمه
- خامساً الاكثار من المضغ والثاني في البلع

### شروط الطعام الصحية

بعض الناس شديد الميل الى الاكثار من الأكل وذلك  
سبباً لسوء الهضم وحصول الامساك أو الاسهال فالواجب الاعتدال  
في تناول الاغذية لان الطعام الكثير وان انهضم لكنه ينشأ عنه احتقان  
في الاعضاء الباطنة وربما أدى ذلك للإصابة بالسكتة أو الفالج أو  
أمراض أخرى فيجب الانتباه لهذا الامر فلا يأكل الانسان الا  
إذا اشتهى الطعام وإذا أكل لا يشبع

### نوع الطعام

يصعب على الانسان أن يقتصر على نوع واحد من أنواع الطعام  
فيجب أن يكون طعامه من الاغذية الحيوانية والنباتية والمعدنية كما

قلنا وينبغي ابدال صنف بآخر من مدة الى مدة والخبز واللحم والخضروات من أصلح ما يؤكل لكن الاوفق عدم المداومة على هذه الاصناف بل يستبدل اللحم بشيء آخر كالسمك والدجاج لان عدم ابدال الاغذية بعضها ببعض يحدث ضرراً بالجسم ويلزم الاكثار من الخضروات والفواكه والتقليل من اللحوم في البلاد الحارة

## الفصل الثالث

### المياه

الماء — ضروري جداً للحياة لان جسم الانسان يحتوي على ٧٠ جزءاً في المائة من الماء تقريباً وقد يفقد الجسم كل يوم من ٢٠٠٠ الى ٢٥٠٠ جرام من الماء بواسطة الافرازات المختلفة ( التبخر الجلدي والتبخر الرئوي والبول والعرق ) وغير ذلك من الافرازات التي تخرج من الجسم فيكون الانسان محتاجاً اذاً الى تعويض هذه الكمية المفرزة يومياً بواسطة المشروبات والاغذية التي يتعاطاها

وهو مركب من الايدروجين والاكسجين بمقدار ثمانية أجزاء من الاول لجزء من الثاني وهو يغطي نحو ثلاثة أرباع سطح الأرض ويتكون منه معظم أجساد البشر والحيوانات والنباتات وتختلف صفاته بحسب المواد التي يكتسبها من مصادر مختلفة وكثيراً ما توجد فيه حيوانات ونباتات طفيلية فلا يكون أبداً تقياً صرفاً

ماء البحر الملح — لا يصلح للشرب لكثرة ما فيه من الملح الاعتيادي وأملاح أخرى وأكثر البحور أملاحاً البحر المتوسط والبحر الاثلاطيكي عند خط الاستواء وطعمه مالح مر

ماء الشتاء — هو ناشئ عن البخار المتصاعد من سطح البحر الذي يتكوّن عنه السحاب الذي اذا تكاثف وأثرت عليه برودة الجو يستحيل الى مطر ويسقط على الأرض وهو في نفسه نقي ولكنه يختلط ببعض الآثار التي يكتسبها من الهواء عند نزوله

الثلج — تركيب ماء الشتاء الا أنه يحتوي على مقدار كثير من النوشادر وكذلك ماء الضباب الذي يجتمع فوق المدن ولهذا السبب كان حريقاً مهيئاً للسعال . وماء الشتاء اذا جمع في أوان من النحاس أو الزنك فلا يصلح للشرب لأنه يذيب بعض أجزاء هذه الأواني ولكن ان كان تقياً كان عذبا في غاية الصلاح للشرب



والا كان ثقيلًا قليل الهواء

ماء العيون والآبار — هو ما ينفذ من ماء الشتاء في باطن الأرض ويجري فيها الى محل خروجه منها وفي أثناء سيره يذيب بعض الأملاح القابلة للذوبان في الأرض فاذا كانت تلك الأملاح كثيرة صار الماء معدنيا لا يصلح للشرب إلا في الاحوال المرضية ماء الأنهر — يكون مختلطا بالتراب والرمل وبالمواد الآلية من بقايا النباتات والحيوانات وبقاقدار منصبة فيه من متحصل المراحلض والمعامل كنهر النيل والابحر والترع الخارجة منه ونهر التامس في لندن والسين في باريز والفرات والدجلة لبلاد العراق والجنج في الهند مياه المستنقعات والبرك — لا تصلح للشرب لعفوتها واحتوائها على حيوانات دنيئة وميكروبات ضارة

### الشروط الصحية لمياه الشرب

- ١ يشترط فيها أن تكون خالية ما أمكن من المواد الآلية
- ٢ وان تكون عديمة اللون والرائحة والطعم شفاقة لا يحس بطعم ملحي فيها
- ٣ أن لا توضع في أوانٍ من التوتيا أو النحاس أو الرصاص

لان مكث المياه في تلك الأواني ربما أحدث بها مادة  
سامة فاستعمالها للشرب والحالة هذه ضار وكذا الأواني  
الرصاصة فلا يجوز استعمالها في مياه الشرب أو الطبخ  
٤ أن تكون خالية من الجراثيم المرضية ولذا يمنع اقتراب  
مياه الشرب بمجاري المراحيض والمقابر لما ينشأ عن  
ذلك. من الضرر البالغ لان استعمال تلك المياه يكون  
سبباً لنقل الامراض الثقيلة كالكليرا والحمى التيفودية  
فالمحافظة على نظافة مياه الشرب من أقدم الواجبات ولذا  
يلزم اعطاء النصائح اللازمة بعدم التبرز على شواطئ الأنهر  
والاستحمام وغسل ملابس المرضى فيها  
٥ لا يجوز استعمال مياه الشرب من الآبار والعيون الا بعد  
تحليلها كيمياوياً وميكروسكوبياً والاقرار من الادارة الصحية  
على استعمالها للشرب فان كانت نقية فيكون استخراج المياه  
منها بواسطة الطلمبات مباشرة لا بواسطة الجرادل  
والدلاء كما هو حاصل ببعض البلاد اذ بهذه الوسطة تتلوث  
المياه النقية بالماء المتساقط على أيدي وأرجل العمال التي  
لا تخلو غالباً من الأوساخ

٦ لا يجوز استعمال المياه للشرب من الأنهر والفروع الخارجية منها إلا بعد ترشيحها وغليها وتبريدها في مدة انتشار الأمراض المعدية كالنكوليرا والحمى التيفودية

### تطهير مياه الشرب ( ترشيحها )

ترشح المياه من أكدارها وخصوصاً الميكروبات الضارة في المدن الكبيرة بمعرفة قومية المياه بمرشحات مخصوصة مقررمة بمعرفة الإدارة الصحية

ترشيح مياه الشرب في المنازل — ترشح مياه الشرب في المنازل بواسطة المرشحات المعروفة كمرشح باستور وبريكفيلد وشوقي المصري وغيرهم وبالأزيار ان لم يتيسر الحصول على مرشح من المرشحات المذكورة وفي زمن الاوبئة تغلي في أوان من الفخار أو من النحاس المقصود جيداً وتترك حتى تبرد ويتخللها الهواء وبهذه الطريقة تكون جيدة صالحة للشرب لخلوها من الميكروبات المرضية

تنظيف مرشحات مياه الشرب — تنظف المرشحات السابق ذكرها بغسل شمعها يومياً بالماء المغلي النقي بواسطة فرش مخصوصة لازالة الاوساخ من سطحها وبعد ذلك تغسل بالكوئل النقي



ويداوم على هذا الغسل خصوصاً في زمن فيضان النيل الذي  
يكثُر في مائه الاقدار وتغسل الازيار أيضاً يوماً بعد آخر بماء مغلي  
وينظف قاعها جيداً بفرش مخصوصة ويحترس من تلوث المياه المرشحة  
منها في المواجير الموضوعة أسفلها بوضع الايدي فيها وقت أخذ الماء  
بواسطة الكيزان المعالومة

وترشيع مياه الشرب ضروري جداً لوقاية الانسان من  
الامراض خصوصاً اذا كان الماء مجلوباً من الانهر أو الترعى مباشرة  
بدون ترشيع

اضرار الماء بالصحة — يوجد الضرر في هذه الحالة لقلة  
المطلوب منه أو لفساده فان كان قليلاً نشأ عن ذلك قلة الاستحمام  
وغسل الملابس ورش الشوارع وغسل المساكن وغير ذلك من  
الاضرار كما ينشأ فشو الامراض بين الناس . وان كان الماء فاسداً  
وذلك يكون باحتوائه على كمية كبيرة من الماينزيا أو أملاح جيرية  
فينشأ عن شربه الاسهالات أو الدوسنطاريا

ومن أسباب فساد مياه الشرب احتواؤها على كثير من  
الميكروبات المرضية كميكروب الكوليرا والحمى التيفودية خصوصاً اذا  
اختلفت به فضلات المصابين بهذه الامراض . واحتواؤها على أجنة

بعض الديدان المعروفة بالبهارسيا المرض الكثير الانتشار بين المصريين وسببه شرب المياه غير النقية ويوجد هذا المرض بكثرة في البلاد الواقعة عند انتهاء مصب النيل كدمياط ورشيد والبلاد المجاورة لهما وهذا المرض هو المعروف عند المصريين بالبول الدموي وللآن لم يعرف له علاج حقيقي وياحبذا لو نيط بحث هذا المرض بحثاً دقيقاً بجمعية طبية بكتروولوجية للوقوف على طريقة شفاؤه وقد قل هذا المرض عن السابق بكثير لالتفات الأهالي الى نظافة المياه وعناية الحكومة بترشيح المياه في المدن وستعم طريقة الترشيح في جميع البلدان بمضي الزمن

ومن ضمن أضرار فساد الماء اصابة البعض باللدودة المعروفة بالفرتيت وخلاف ذلك من الأمراض التي لا تحصى فالما وبعض الأغذية غير المطبوخة من الأسباب القابلة لنقل الأمراض الى الانسان ان لم يعتن بتطهيرها

مياه الغسل والاستحمام — المياه التي تستعمل للغسل والاستحمام لا تختلف عن ماء الشرب التي ترغى الصابون

---

### المياه المعدنية

هي التي تحتوي على أملاح وغازات مفيدة في بعض الأمراض وأنواعها كثيرة جداً فلا تخلو بلاد من بعض أنواعها وهي إما حارة خارجة من أما كن شديدة الفوران أو باردة سطحية المنشأ وأما أن تكون قلوية أو حديدية أو كبريتية أو زرنيجية فاختلافها هو بحسب الأملاح الداخلة في تركيبها فنذكر البعض منها افادة للقراء

مياه حمامات حلوان الكبريتية المصرية

EAUX SULFUREUSES  
D'HELOUAN - LES - BAINS  
(Le Caire - Egypte)

تحتوي على كبريت وكلس ومغنيسيا وصودا وغازات كربونية وهي مفيدة جداً في الروماتزم والأمراض الجلدية على اختلاف أنواعها والأمراض الزهرية في وقت معالجتها بالمركبات الزئبقية لأن الحمامات الكبريتية تساعد على تأثير الزئبق على الأمراض المذكورة وتستعمل أيضاً في أمراض الكبد حتى كانت تسمى قديماً بالمياه الكبدية



وحماماتها كحمامات أوروبا المعدنية ولكن ينقصها زيادة الروثق  
وباقى ماترنات الحمامات الشهيرة ويمكننا أن نقول أنها أنفع للمرضى  
من كثير من الحمامات التي يقصدها المصريون ويصرفون فيها  
المصاريف الباهظة وبما يزيد منفعتها المؤكدة وجودها ببلدة حلوان  
الشهيرة بمجودة هوائها النافع للمصابين بالروماتزم المزمن ومرض النقرس  
(داء الملوك) وأمراض الصدر على العموم خصوصاً المصابين بالدرن  
والأمراض العصبية والنوراستينى ولذا يقصدها كثير من السائحين  
لزيادة وثوقهم بفائدتها غير أنه ينقص هذا الحمام الوحيد في العالم في  
زمن الشتاء سهولة المواصلات إليه وبين مصر وسيرتفع قدره وتعم فائدته  
قريباً بهمة رجال الحكومة الفخام

---

### مياه كرايسباد

### CARLSBAD

مياه كرايسباد بالغمسا مياه حارة تحتوي على سلفات الصودا وأملاح أخرى  
تستعمل بنجاح عظيم في أمراض الكبد وحصواته ومرض البول السكري  
والنقرس وبجوارها اكتشف حديثاً ينبوع تحتوي مياهه على الراديوم يسمى  
Sankt yoachims. thal Radium تستعمل مياهه بنجاح عظيم في الروماتيزم  
والنقرس

## مياه شاتاجيون

### CHÂTEL-GUYON

توجد بفرنسا وتحتوي على حمض الكربونيك وكلورور المغنسيوم وكلورور الصوديوم وبي كربونات الجير وبي كربونات الصودا وبي كربونات الحديد تخرج من ٢٨ ينبوعاً تقريباً وتقدر المياه الخارجة من هذه الينابيع بخمسة ملايين لتر في اليوم وتستعمل هذه المياه بنجاح عظيم في أمراض المعدة المزمنة وأمراض الأمعاء المزمنة أيضاً والأمساك المستعصية المزمنة والدوسنتاريا ومرض الأعور Appendicite والبواسير وأمراض الكبد وتعد من أعظم المياه المعدنية في معالجة الأمراض المذكورة

## حمامات بوريون

### BOURBOUNE LES-BAINS

حمامات بوريون بفرنسا وتحتوي مياهها على بي كاورور الصوديوم وسلفات الجير وكلورور المغنسيوم وبرومور الصوديوم وكلورور الليثيوم ويود وزرنيخ وحديد تستعمل بنجاح عظيم في أمراض تصلب الشرايين ومرض النقرس والروماتيزم والشلل الزهري والبول السكري النقرسي والتوراستيني

## مياه بوريول الزرنيفية ( بفرنسا )

### BOURBOULE

مياه بوريول تحتوي على كلورور الصوديوم وبي كربونات الصودا وكلورور البوتاسيوم . وسلفات الصودا . وزرنيخات الصودا وهي من أشهر الحمامات الطبية مفيدة جداً للمرضى بالتزلات الشعبية المزمنة والحجيات الاجامية intermittentes et la cachexie وضعفاء البنية الانهاوين والسرنيين

### مياه كونتريكسيفيل ( بفرنسا )

#### CONTREXÉVILLE (Source le Cler)

تحتوي مياه كونتريكسيفيل على سلفات الجير وبي كربونات الجير وبي كربونات الليتين وتستعمل لادرار البول في أمراض الكلى وفي الرمل البولي الناتج من زيادة حمض البوليك وفي مرض النقرس وفي التزلات المثانية المزمنة وفي ضخامة البرستتا

### مياه افيان ( بفرنسا )

#### EVIAN-LES-BAINS

مياه افيان أحسنها ينبوع (Evian cachat) تحتوي على كربونات الكلسيوم وكربونات الصوديوم . وكربونات المغنسيوم . وحمض كربونيك . وآثار من الليثيوم واليود وتبعد عن مدينة جنيف بساعة ونصف بطريق البحيرة وطعمها لذيذ جداً كياه نيل مصر النقية وتستعمل في التزلات المعدية المزمنة وداء النقرس وأمراض البول المزمنة والنوراستيني

### مياه مندور ( بفرنسا )

#### MONT-DORE

تحتوي على كربونات الحديد والزرنيخ وتستعمل بنجاح عظيم في الربو المصلي والاقزيميا وأمراض الانف والزور والتزلات الحلقية المزمنة والتزلات الشعبية المزمنة

### مياه مارينباد ( بالتمسا )

#### MARIENBAD

تحتوي على سلفات حديدية وكلوورور الصوديوم وتبعد عن كارلسباد بساعة هي كياه كارلسباد في الخاضعية تقريباً



مياه أورياج ( بفرنسا )

URIAGE

تحتوي على كلورور الصوديوم . وسلفات الجير . وسلفات الصودا . وحمض  
كربونيك وحديد  
وتستعمل في ضخامة العقد الليفية الخنازيرية والأمراض الزهرية والأمراض  
الروماتيزمية العصبية بنجاح عظيم

مياه فيشي ( بفرنسا )

VICHY

مياه فيشي تخرج من ينابيع كثيرة تسمى بأسماء مختلفة منها ما يحتوي على بي  
كربونات الصودا بكمية عظيمة وبي كربونات الجير وبي كربونات البوتاسا وبي  
كربونات المانزيا وكلورور الصوديوم وحمض كربونيك واستعمالاتها الطبية تختلف  
بحسب تركيبها منها فيشي Hôpital وفيشي Celestins وأنواع أخرى  
وتستعمل في أمراض الكبد وأمراض المعدة والمثانة وعلى العموم في أمراض  
الجهاز البولي والبول السكري

مياه فيتيل ( بفرنسا )

VITTEL

تحتوي على سلفات الكالسيوم والمغنسيوم وتستعمل بنجاح عظيم في أمراض  
البول وزيادة حمض الاوريك وفي الروماتيزم وأمراض القلب وتصلب الشرايين  
والرمل البولي . وقد اقتصرنا على ذكر أنواع المياه المعدنية المشهورة التي يقصدها  
المرضى في من الصيف واستعمالاتها الطبية لفائدة القراء

## المشروبات الروحية

المشروبات الروحية هي المشروبات الكحولية وهي مضرّة بالصحة وينشأ عن كثرة تعاطيها بعض الامراض كأمراض المعدة وأمراض الكبد وأمراض البول وضعف الأعصاب وضررها أشد في البلاد الحارة كبلاد مصر وفضلاً عن ضررها بجسم الانسان فانها تجرى من تعاطيها على مخالفة القوانين الشرعية وخلافها . والمتمهمون في تعاطيها يصاب كثير منهم بالجنون . وبالجملة فانها تمجّل الموت ومن الجدول الآتي يعلم مقدار ضررها لاحتوائها على كمية زائدة من الكحول

### نسبة الكحول في المائة من المشروبات الآتية

الكونياك	. . . . .	من ٥٠ الى ٦٠
الويسكي	. . . . .	» ٥٠ » ٦٠
الروم	. . . . .	» ٦٠ » ٧٧
نبيذ بورت	. . . . .	» ١٦ » ٢٥
الشمبانيا	. . . . .	» ٥ » ١٣
البيرا	. . . . .	» ١ » ٤ تقريباً
العرقي المعروف بالمصطكي	. . . . .	» ٨٠ » ٩٠

فيجب على من يراعي صحته أن يتعد عن تعاطي هذه المشروبات جميعها بحيث لا يتعاطى شيئاً منها الا بأمر الطيب في أحوال مرضية استثنائية تستدعي تعاطيها

المشروبات الغازية — المشروبات المذكورة تحتوي على كثير من حمض الكربونيك فاما ان تكون سكرية كالكازوزا أو غير سكرية كالصودا ونرى أن لا فائدة من استعمالها فانها تمدد المعدة لكثرة وجود الحمض المذكور فيها وموادها السكرية تجمض في المعدة خصوصاً من كان معدته حمضية

المنقوعات المنبهة — هي منقوع الشاي والقهوة والزيفون ونحوها . فالقهوة وان كانت منبهة الا انها تحدث الارق وتنبه القلب عند المصابين بأمراضه فيلزمهم تركها كما يلزم غيرهم التقليل من تعاطيها ومثلها الشاي

التدخين — تدخين الدخان أو التباك ضار جداً للقلب وزد على ذلك انه يفقد الشهية ويضعف الاعصاب

---



## الاستحمام

النظافة من ضروريات حياة أهل التمدن فكلما ارتقت أمة فيه زاد الناس اعتناء بنظافة أجسامهم وملابسهم ورفضوا معاشرته من كان قذراً أو متغافلاً عن واجبات نفسه وقد جعلت النظافة من شعار الدين وحرمت الشريعة على تابعيها الصلاة والطواف إلا إذا واعوا الطهارة الجسدية أولاً وقد ورد ( النظافة من الإيمان ) وفي الامثال الانكليزية ( بعد التقوى النظافة )

والغرض من الاستحمام هو ازالة الافرازات الجلدية كالعرق والمواد الدهنية التي تخرج بالغبار وتلتصق بالجلد اذ بدون ذلك تلتصق تلك المواد بالجلد وتكون قشوراً تمنع افراز العرق والتنفس الجلدي وتسبب أمراضاً عظمى . وقد تحقق من التجارب انه اذا طلى جلد حيوان بمادة تمنع خروج ما ينبعث منه مات كما يموت اذا حجز عنه الهواء

ومن فوائد الاستحمام فتح مسام الجلد واثعاش الجسد وتسكين أعصاب الجلد ومنع البثور الجلدية . وأفضل الاوقات للاستحمام وقت النهوض من الفراش

والاستحمام اما أن يكون بماء بارد أو بماء حار  
الاستحمام بالماء البارد — اذا قصد به التقوية يلزم أن تكون  
مدته قصيرة وان يدلك الجسم بمخرقة ناشفة مدة طويلة ولا يجوز أن  
يقف الانسان في الماء ومعظم جسمه غير مغدور به لان ذلك يوجب  
احتقان القلب . ومن أحسن انواع الاستحمام بالماء البارد أن يصب  
الماء على الجسم لان ذلك مفيد للضعفاء والنساء والاولاد وهو أحسن  
من ( الدوش ) الذي لا يحتمله الا الاقوياء وهو مفيد لهم

الحمام الفاتر — هو مفيد جداً بعد الرياضة العنيفة مدة الحر  
ومدة الشتاء متى كان الجسم بارداً لانه ينعش القوى ويزيل التهيج  
العصبي بشرط أن تكون درجة حرارة الماء من ٨٥ الى ٩٥ فهرنهايت  
الحمام الحار — لا يجوز استعماله اكثر من مرة في الاسبوع  
ومن فوائده تسكين الالم والتهيج وفتح مسام الجلد اذا ضاقت  
من البرد ولا يحتاج اليه الا الاقوياء والذين جلودهم خشنة ولا  
يجوز استعماله للضعفاء فانه كثيراً ما يحصل لهم الاغماء بسببه ودرجة  
حرارته تكون من ١٠٠ الى ١٠٥ فهرنهايت

ويكون الاستحمام بالماء البارد أو الفاتر أو الحار قبل الطعام

لا بعده

حمام البحر — هو أفضل أنواع الحمامات للاقوياء ومتوسطي القوة وفائدته رياضة السبح والتمرض لهواء البحر ولا يجوز المكث فيه طويلاً لما ينشأ عن ذلك من الضعف ومدته عشر دقائق للضعفاء ونصف ساعة للشبان ويكون الاستحمام به مدة الصباح قبل الأكل ولا يجوز للضعفاء السبح في البحر بل يلزم الاستحمام بمياهه في المنازل وكذا لا يجوز استحمام الأولاد في البحر قبل السنة السابعة ويجتنب الاستحمام بماء البحر من بلغ الخامسة والخمسين من سنه إلا إذا كانت بنيته قوية

ويلزم بعد الاستحمام بماء البحر تنشيف الجسم تنشيفاً جيداً حتى يجف

الاستحمام بالهواء — يكون بنزع الملابس وذلك الجسم باليد أو بمنشفة مدة دقيقتين وفائدته منع الارق





## الفصل الرابع

### الملابس

هي من ضروريات المعيشة وفائدتها حفظ حرارة الجسم، ووقاية الجلد من أشعة الشمس، وحمل رطوبة العرق الى الهواء الخارج، وامتصاص المواد الحيوانية التي تخرج من الجسم مع العرق

المواد المستعملة في الملابس — تصنع الملابس اما من القطن أو الصوف أو الحرير أو الكتان أو الجلود

وهي اما أن تكون سميكة وهي المستعملة للوقاية من البرد أو رقيقة وهي المستعملة في زمن الصيف لمقاومة حرارة الجو واما أن تكون بيضاء وهي المستعملة في زمن الصيف أيضاً لان اللون الأبيض يعكس حرارة الشمس أو سوداء وهي المستعملة في زمن الشتاء لان اللون الاسود يمتص الاشعة . والدليل على ذلك اذا وضعنا قطعة قماش سوداء على قطعة ثلج وقطعة أخرى بيضاء على قطعة ثلج أخرى نجد قطعة الثلج المغطاة بالقطعة السوداء تذوب بسرعة بخلاف المغطاة بالقطعة البيضاء .

ملابس الاطفال — بما أن مقاومة الاطفال للبرد ضعيفة وضررهم منه شديد يجب أن تكون ملابسهم كافية للوقاية من ذلك ففي بدء الطفولية يكون الثوب الملاصق للجسم من القطن وفوقه آخر من الفلانيل وعند تقدمهم في السن وأخذهم في الرياضة توضع لهم الفلانيل من الباطن وقميص القطن من الظاهر ويجب أن تكون ملابسهم واسعة غير مربوطة بأربطة ضيقة ليمكنوا من الحركة والرياضة اللتين بدونهما لا تقوى الاعضاء

وعلى العموم يجب أن تكون الملابس قصيرة بحيث لا تلامس سطح الارض أثناء المشي لتلاوث بالاقذار وان لا تكون الا كالم طويلة تستر الاصابع كما هو متبع في تفصيل القفاطين عند المصريين لان ادامة تغطية الاصابع واليد بالملابس تجعلها عرضة للتلاوث ببعض الميكروبات الضارة

أما ما يختص بتغطية الرأس فلآن لم يصطلح على شيء صحي يقي الرأس من المؤثرات فالعمائم ثقيلة ولا تمنع تأثير حرارة الشمس الشديدة والطربوش كذلك بل أقل تعباً من العمائم وكثير من أنواع البرانيط لا يفي بالغرض المطلوب ويمكننا أن نقول ان البرنيطة الانجليزية المصنوعة من قشر بعض الاشجار التي تمتد منها زائدتان من

الامام والخلف لوقاية العينين ومؤخر العنق المثقبة من جوانبها لاجل تبديل الهواء وتخفيف حرارته على الرأس هي صحبا أوفق من جميع الانواع المذكورة ولكن لعدم تغير الزي عند من يلبسون العمامة والطربوش يجب أن تكون العمامة خفيفة جداً وفي زمن الصيف تغطي بالكوفية أو قماش أبيض بكيفية تجعلها ساترة للجهة ومؤخر الرأس ويقوم مقام ذلك وضع الشمسية فوق العمامة الخفيفة أو الطربوش

ثم انه يجب عدم تغطية العنق بملابس ضيقة لان ذلك ينشأ عنه احتقان في الوجه وآلام في الرأس

ويقاوم حرارة الشمس وبرودة الجو . ويصون الايدي والارجل من الاقدار لبس الكفوف المستعملة من الكتان أو القطن أو الجلد أو الحرير أو الصوف والجزم التي يلزم أن لا تكون ضيقة لان ضيق الجزمة يعرض الاقدام لاصابتها بما يعرف عند العامة بالمسامير أو عين السمكة

---



## الفصل الخامس

### في المساكن

هي من ضروريات المعيشة اذ هي التي تقي الانسان من المؤثرات  
الكلوية فيجب أن تكون مستوفية للشروط الصحية الآتية

١ أن يكون بها المناور الكافية للضوء والتهوية ونفوذ أشعة  
الشمس اذ بدون ذلك يكون هواؤها فاسداً مسبباً لكثير  
من الامراض

٢ أن لا تشيد في نقط رطبة بل تكون في موقع جاف متجه  
نحو المناظر البهجة كالسنتين لتشرح الخاطر

٣ أن تكون بها دورة مياه تامة ومستودع يجتمع فيه  
متحصل مياه الغسل والمواد البرازية ويكون هذا المستودع  
أصم كافياً لتخزين تلك المواد وإخراجها عند اللزوم

٤ أن يكون بالمراحيض والحمامات المواسير الصحية الكافية  
للهوية وتكون فتحات المراحيض بسيفونات لاغلاقها  
بعد قضاء الحاجة لمنع تصاعد الروائح الكريهة منها

٥ ادخال كمية كافية من الماء للنظافة التامة والاحسن أن تكون  
دورة المياه بالجهة القبليّة

٦ أن تكون بعيدة عن المعامل الصناعيّة التي تخرج منها أبخرة  
ضارة تفسد الهواء كالوابورات والغازات ومعامل الجير  
وعن الاماكن التي تحلل فيها المواد الحيوانية كالسلخانات  
والمدايح والمقابر

٧ أن تكون بعيدة عن الانهر والبحيرات والافق أن  
تكون في محال مرتفعة لان ذلك يسهل تجفيف الارض  
وحركة الهواء ويقلل الرطوبة . ويختار من الارض التي  
تبنى البيوت عليها الارض الحجرية والرملية

٨ أن تطل حوائط المساكن بالجير من وقت لآخر  
والشبابيك والسقوف بالبيوت للتوقي من الحشرات

٩ أن تكون المساكن خالية من الزخارف بقدر الامكان في  
زمن الصيف مثل الستائر لانها سبب قوي لتجمع الحشرات  
ويمكن وضعها في زمن الشتاء فقط بشرط أن تكون في غاية  
البساطة . وان تكون أرضية المساكن من الخشب المدهون بالبيوت

لكي لا تمتص الارض ما يسقط عليها من السوائل أو  
ما تغسل به من المياه

٩ أن تكون مشيدة على شوارع منتظمة متسمة لا يقل

اتساعها عن ستة أمتار لتجديد هوائها على الدوام

تنبيه — لا يجوز الاقامة في المنازل الجديدة الا بعد جفاف

رطوبتها وانقطاع رائحة دهانها

ويجب الاهتمام جدًّا في تقابل وجود الذباب في المنازل لانه

ينقل بعض الامراض الى الانسان ويكون ذلك بتجديد هوائها على الدوام

بفتح مناورها واغلاقها لمنع دخول الذباب وكذلك الناموس الذي

ينقل مرض حمى الملاريا وسيأتي الكلام عليه في باب آخر وذلك

بوضع مقدار من الجاز غير النقي في فتحات المرحاض وبالوعات مياه

الغسيل . وبعناية الحكومة قد تلاشى هذا المرض الناتج من كثرة الناموس

بعض بلاد القطر وذلك بتعميم وضع الجاز بدورة مياه كل منزل بالبلاد

التي بها مجالس محلية كحلوان وستعم هذه الطريقة ان شاء الله بمدينة

مصر وغيرها



## الفصل السادس

### النور

هو من ضروريات الحياة لنمو النباتات والحيوانات لانا نرى أن النبات الذي لا يكون، مرضاً للنور سقيم باهت اللون بخلاف المعرض للنور الساطع فانه يثمر ثمراً جيداً وكذا الحيوان فساكن المدن الذين تعرضهم للنور قليل لا يكونون في كمال النمو والصحة. وقد تحقق أن منع النور عن الناس يسبب نقصاً في أجزاء دهم الضروري للحياة وزيادة في قسمه المائي فيبهت لون الوجه ويضير كالشمع وتختفي الاوردة الجلدية ويتواتر النبض بدون زيادة في حرارة الجلد ويكثر خفقان القلب وتنحط القوى. وبهذا نحكم بضرورة النور للصحة كضرورة الهواء النقي ومن المقرر أن المصابين ببعض الامراض المزمنة الصدرية كالربو والالتهابات الشعبية الرئوية يستفيدون فائدة عظيمة من تعرضهم لنور الشمس ولذلك يكون تعود الجمهور اغلاق الشبايك ومنع النور عن المرضى خطأ عظيماً الا اذا امر الطبيب به لامراض خصوصية ومما يجب الالتفات اليه عدم حجز الاطفال في بيوت مظلمة

أو في مدارس ليس بها المناور الكافية للضوء وللهوية لما في ذلك من الضرر . وأقوى شاهد على ذلك اننا نرى اكثر أولاد الفلاحين المعرضين للشمس والهواء بصحة تامة وهذا نتيجة ما نالوه من التربية في الجو المعتدل والنور وخشونة الممشية

أما البنات والنساء فكثيراً ما يحجر عليهن داخل البيوت خوفاً من نور الشمس والهواء الجيد فيقل الدم فيهن ويصبن بعسل مختلفة اذا فالرياضة الكافية اليومية لهن في وسط الهواء والنور أهم من كل علاج

وللنور تأثير مفيد على الابصار أي أنه ضروري للبصر فانه اذا كان ضعيفاً اتسعت الحدقة لنفوذ ما يمكن منته الى باطن العين لكي يتم ابصار الاشباح واذا أجهد الانسان بصره زماناً طويلاً في تحقق الاشياء ولا سيما اذا كان النور ضعيفاً أدى ذلك الى الضعف المعروف بقصر النظر وهو علة منتشرة بين الذين يقرؤن ويكتبون الخط الدقيق والذين يتعاطون صناعة الجواهر

واذا كان النور قويا ساطعاً كلما ان البرق كان سبباً لضعف الابصار . ولذا يقال ان من أسباب الرمد الكثير في مصر زيادة نور الصيف وانعكاسه في التربة البيضاء زيادة على النصار ورطوبة

المساء والغبار الطائر في الهواء

والنور تأثير على الجلد فالمعرضون للنور الساطع يكون لونها أسمر  
والمعرضون للنور الضعيف يكون لونها أبيض وشعورهم شقراء وعيونهم  
زرقاء

والسبب في اختلاف اللون المذكور هو أن في بشرة الجلد طبقة  
من حويصلات صغيرة في باطنها مادة ملونة يختلف لونها في البيض  
والحمر والسود وهذا اللون يشتد ويضعف بحسب كمية نور  
الشمس. وقد قال أحد العلماء ان الذين يقضون جانباً عظيماً من  
حياتهم في الأماكن المظلمة أو التي نورها ضعيف يتميزون بضعف اللون  
ويكونون ضعيفي التنفس والتغذية وتكون عضلاتهم لينة ودمهم مائياً  
وقوتهم قليلة وعملهم كثيرة وبالعكس قبائل البادية رجالهم ونساؤهم  
أشداء

يتضح من ذلك ان نور الشمس له فوائد عظيمة بالنسبة  
للصحة العمومية غير انه اذا كان قوياً مفرطاً يكون ضاراً للبصر  
هذا فضلاً عن أن نور الشمس شديد الحرارة فاذا أصاب الرأس  
ولم يكن عليه غطاء كافٍ أحدث أمراضاً دماغية كالصداع الشديد  
والسكته والتهاب الدماغ والجنون والمرض المعروف بضربة الشمس



( الرعن ) فالوقاية من ذلك تغطي الرأس في زمن الصيف بالشمسية أو بالعمامة أو الكوفية ذات العقال . ولبس الطربوش في مثل هذه الاحوال لا يفي بالغرض المقصود من الوقاية من حرارة الشمس فيلزم الاشخاص الذين تحتاج صناعتهم للتعرض لحرارة الشمس في زمن الصيف حفظ الرأس بلبس العمام أو الكوفيات  
و يمنع تعرض الاطفال لحرارة الشمس مكشوفى الرأس

### الرياضة

الرياضة من الامور الضرورية للصحة فكما أن الحياة لا تقوم الا باجراء وظائف الجسم كذلك الصحة لا تقوم الا بترويض هذه الوظائف لان الاعضاء اذا لم تروض نقصت تغذيتها واذا أفرط في رياضتها حصل الخلل فيها فينتج عن ذلك أن السكون الدائم والمكث في البيوت والحوانيت بلا حركة والاعمال الشاقة الطويلة تكون سببا لنقص الصحة وحدث المرض

أما الرياضة المعتدلة فمنبهة للعقل والمجموع العضلي مقوية للبنية الضعيفة و يصاحبها غالبا انشراح الصدر والتمتع بالصحة كما انها منبهة لشهوة الطعام ومقوية للهضم واستطلاق البطن اليومي

والقاعدة العامة في الرياضة هي الراحة عند حدوث الشعور

بالتعب

واكثر الناس حاجة الى الرياضة المدرسون والكتاب خصوصاً  
من كانت صناعتهم تحتاج الى الجلوس مدة طويلة فهو لاء عرضة  
للإصابة بالاحتقانات الباسورية كما أن أصحاب الصنائع التي تحتاج  
الى الوقوف مدة عرضة للإصابة بمرض الدوالي ونحوه

أما من تحتاج صناعتهم لكثرة الحركة كالمشتغلين في المعامل  
والمزارعين وأصحاب الصنائع اليدوية كالحدادين والنجارين فليسوا  
بحاجين الى الرياضة بل الى الراحة بعد العمل

منافع الرياضة — اسراع الدورة والامتصاص وخروج حمض  
الكربونيك والماء وغيرها من الجسم وتبقيتهما تقوية جميع الأعضاء  
بشرط أن تكون معتدلة فينبغي للانسان ألا يصرف زمانه ساكناً  
ثم يحاول اصلاح الضرر بالرياضة عنيفة قصيرة

### رياضة الاولاد والشبان

أفضل أنواع الرياضة للشبان من السنة السابعة الى السنة السادسة  
عشرة مزاولة الملاعب المألوفة عندهم فلا يكفيهم المشي كما يكفي الكهول

بل يحتاجون الى رياضة كل عضلاتهم في الركض والوثب كالمتبع  
بالمدارس

### رياضة البنات

لا تختلف رياضة البنات عن رياضة الصبيان الا من حيث  
تجنب العنيف منها وربما كان القذف على الحبل الممهور عندهن  
أفضلها لانه يشغل جميع العضلات ويروضها ويقويها وقد اصطالحوا  
حديثاً في جميع المدارس على أنواع من الترويض الجسدي تعرف  
بالجمناستيك وشد الحبل والكرة كما هو جار بها الآن ولكن لا بد من  
الانتباه الى أن بعضهن ضعاف البنية لا يحتملن ما تحتمله القويات  
من ذلك فينبغي لاوئلك الاعتدال في الرياضة

### ضرر البنات من احتجابهن في البيوت

يعتقد البعض أن من ضمن واجبات تعليم البنات أن يلزم  
السكون والاحتجاب داخل البيوت ولا سيما بعد البلوغ وان المشي  
واللعب من الامور المعيبة وهذا غلط لان تركهن الحركة والرياضة  
مضرّ بصحتهن وخصوصاً النحيقات الضعيفات فان ذلك يزيدهن  
ضعفاً على ضعفهن



## رياضة الضعفاء والشيخوخ

لا يجوز أن تكون رياضتهم عند خلو المعدة من الطعام ولا بعده مباشرة الا اذا كان قليلا لانها قد تحدث تعباً وهبوطاً في جميع القوى اذا كانت مدة الجوع فلا يجوز لهم الرياضة في الصباح قبل الفطور بعكس الافوياء واذا كان غداء الظهر خفيفاً فلا بأس بالرياضة بعده أما اذا كان ثقيلاً فلا تحسن الرياضة الا بعد مضي ساعتين على الاقل

أنواع الرياضة — كثيرة أهمها المشي وركوب الخيل والدراجات والعربات والأتومبيلات

فركوب العربات والأتومبيلات يناسب الشيخوخ والضعفاء ومن اعتاد الراحة وعدم الرياضة من الصغر واستمر على ذلك فقد عجل قدوم الشيخوخة ونكباتها

والرياضة تكون بحسب مزاج الشخص ولذا يجب على الوالدين والأوصياء أن يراعوا مزاج أولادهم وميلهم الطبيعي في اختيار مهنة لاكتساب معيشتهم لأن اكراههم على ما يتفرون منه يضعف صحتهم ويعوقهم عن أداء اعمالهم

والفصول دخل في الرياضة في زمن الشتاء تحسن الرياضة لتسرع  
الدورة وتدفع الجسم . والاكثر من الرياضة في زمن الصيف يورث  
التعب وانحطاط القوى وبالجملة فالرياضة المعتدلة محمودة لما يعود منها  
على الجسم من الفوائد الجليلة

---

## الفصل السابع

### الاقليم أي المناخ

هو المكان الذي يقطنه الانسان ويقع فيه وتنقسم الاقاليم  
بالنسبة لهوائها ودرجة حرارتها وارتفاعها ومائها الى ثلاثة أقسام اقاليم  
حارة وأقاليم باردة وأقاليم معتدلة

الاقاليم الحارة — هي التي ترتفع فيها الحرارة في زمن الصيف  
الى ١٢٠ ترمومتر فهرنهايت وتلك هي الواقعة تحت خط الاستواء  
الى درجة الثلاثين من العرض شمالاً وجنوباً ونصف سنتها صيف

محرق والنصف الآخر شتاء متشبع بالرطوبة وهذه الاقاليم غير صحية لما ينشأ عن سكناها من ضعف التنفس وشبهية الطعام وكثرة العرق وقلة افراز البول وضعف الاعصاب وأمراض الكبد وضربة الشمس الاقاليم الباردة — هي الواقعة بين درجة ٥٥ من العرض حتى القطب شمالاً وقد يصل بردها الى الزمهرير وبعضها معتدل بسبب احاطتها بالبحر كشمال ايرلندا ولا ينشأ عن سكناها أمراض كثيرة كالسابقة

الاقاليم المعتدلة — هي الواقعة من الدرجة الثلاثين الى الخمسة وخمسين فهي بالنسبة للأقاليم الحارة والباردة متوسطة فتصعد الحرارة فيها الى ١٠٥ فهرنهايت وتنخفض الى ٤٠ فهرنهايت وتندخل الفصول بعضها في بعض تدريجياً ومنها ما هواؤه جاف وحرارته معتدلة كصعيد مصر. ويمكننا أن نقول ان القطر المصري جوّه معتدل في كل الفصول عن غيره من الاقاليم ولذا يكثر فيه وجود السواح في زمن الشتاء

ويمكن الانسان أن ينتقل من اقليم حار الى اقليم بارد وبالعكس فالمنتقلون من اقليم بارد الى اقليم حار يلزمهم اتباع ما يأتي



أن لا يكثر المنتقلون من بلاد باردة الى بلاد حارة من الطعام  
وخصوصاً اللحوم السمينية والأطعمة العسرة الهضم وتوافقهم الخضروات  
والفواكه والمواد النشوية ويجب عليهم ألا يستعملوا المشروبات  
الروحية والرياضة العنيفة وألا يتعرضوا للشمس في النهار كما يجب أن  
تكون ملابسهم خفيفة وأن يستعملوا الماء الفاتر يومياً لازالة الاوساخ  
الناتجة من كثرة العرق . أما الذين ألفوا مناخ هذه البلاد فيوافقهم  
الاستحمام بالماء البارد

والمنتقلون من اقليم حار الى اقليم بارد — يجب عليهم المحافظة  
على عكس ما ذكرناه في المنتقلين من البلاد الباردة الى البلاد الحارة

---

## الفصل الثامن

### النوم

النوم من ضروريات الحياة لراحة الأعضاء اذ بدونه يكون الجسم معرضاً لأمراض مهلكة . وكمية النوم التي يحتاج اليها الانسان تختلف بحسب السن والمزاج والعادة ومقدار التعب فالاولاد الى السنة السابعة يحتاجون الى النوم ١٢ ساعة في الشتاء وأقل من ذلك في الصيف . ومن السنة الرابعة عشرة الى السادسة عشرة من تسع الى عشر ساعات ثم بعد ذلك تكون مدة النوم ثمان ساعات . أما النساء فأعمالهن في تدبير البيوت وتربية الاولاد شاقة فيحتجن الى نوم أطول والشيوخ يحتاجون في فصل الشتاء نوماً أطول من النوم في الصيف لطول الليل

والضعفاء وأصحاب الامراض المزمنة والناقون من الامراض والواقعون في الحزن يفيدهم النوم فائدة عظيمة وأفضل أوقات النوم هو ما كان بعد تمام الهضم والتبكير به لراحة الاعضاء مفيد جداً لان السهر الطويل يضعف الجسم

وحيث ان النوم ينقص توليد الحرارة الحيوانية فيصير الانسان أشد  
احساساً للبرد فيحتاج الى التدفئة بالغطاء ومما يعين على جودة النوم  
ترك المنبهات للأعضاء فيجب منع النور عن العينين والاصوات  
المزعجة والاجتهاد في منع الافكار عن المحيلة





## الباب الثالث

في

### تدبير صحة المولود

---

بعد تحقق حياته يربط الحبل السري بالحيط الحريري المعقم  
اعلى من السرة بأربعة سنتيمتر وقبل الربط يلزم التحقق من عدم  
وجود فتق سري خلقي ثم يقطع الحبل من أعلى الرباط باثنين  
سنتيمتر ويغطي محل القطع بمرهم معقم كالقازيلين أو قطعة قماش معقم  
فقط ثم يلف الطفل بفوطة نظيفة

### استحمام الطفل عقب ولادته

استحمام الطفل عقب ولادته مفيد جداً لتبنيه قواه الحيوية  
الجلدية خصوصاً الأعضاء المفردة للعرض فيدهن جسمه بزيت الزيتون

النقي ثم يغمر في ماء فاتر درجة حرارته من ٣٠ الى ٣٥ بترمومتر  
سنتيجراد مع رفع رأسه ووجهه عن الماء ويعمل له الحمام في الستة  
شهور الاولى كل يوم مرة مدة خمس دقائق وينظف جسمه بواسطة  
المسح بالقطن وتنظف الرأس أيضاً بقطعة من القطن واذا شوهد بين  
الشفيتين مواد مخاطية تزال بقطعة من القطن المعقم وكذا العينان وفي  
السنة الثانية يقتصر على ثلاثة حمامات في كل اسبوع ويجب ألا  
يعرض الطفل وقت الاستحمام للهواء البارد خصوصاً في زمن الشتاء  
ولا يمنع الاستحمام الا اذا كان مصاباً بنزلة شعبية أو رئوية أو  
أمراض جلدية ففي هذه الاحوال يلزم استشارة الطبيب ويجب أن  
لا يلتفت الى الاعتقادات الخرافية التي تعتقدها العامة من عدم جواز  
استحمام الطفل وبله بالماء اذا كان أحد أبويه مصاباً بالزهري  
(التشويش) فلا صحة لهذا الاعتقاد الفاسد لان ترك الطفل بدون  
استحمام يكون سبباً لاصابته بالامراض

ثم بعد الاستحمام ينظف بنقطة كثيفة ذات وبر ناعم وتذر  
البودرة حول عنقه وتحت أبطه وبين الفخذين وثنية الاوريتين  
والمرقين ونحن نفضل التركيب الآتي

مسحوق الشتاء      ٣٠ جرام  
كبريت نباتي      ١٠ »

### ملابس الطفل

تختلف باختلاف عوائد البلاد وأبسطها ما كان قاصراً على القميص والحزام ويضاف إليها صديري من القطن وفوقه ثوب من الصوف في فصل الشتاء ويترك مكشوف الرأس في المنزل . أما الأحذية فلا تستعمل إلا إذا خرج الطفل من المنزل للرياضة في زمن الشتاء واللاوفق أن تكون الملابس غير ضاغطة لأنها توقف نمو الطفل ويحاط متوسط جسمه بقطعة قماش طويلة عريضة بشكل حزام وتغير تلك الملابس بغيرها بمجرد ظهور بلل بها من البراز أو البول وتغسل الأعضاء التي لامسها شيء من ذلك وتجفف ويوضع عليها البودرة المذكورة

### غذاء الطفل في الثلاثة الايام الاولى

عقب الولادة يكون لبن الأم مائلاً غير متوفرة فيه العناصر الغذائية لاحتوائه على مادة تسمى Collostrum قد لا تكفي لغذاء



المولود وفي بعض الاحيان يتأخر ظهور اللبن فيجب اذا تغذية الطفل  
بقليل من لبن البقر المعقم المحفف بقليل من الماء بعد نزع قشطته محلي  
بالسكر أو بماء الزهر

### غرفة المولود

يجب أن تكون متسعة وبها المناور الكافية للضوء وجلب الهواء  
وأن يكون نورها ضعيفاً لان النور القوي يضعف بصر الطفل وفي مدة  
الليل لا يجوز انارتها بالغاز أو البترول لان ذلك يفسد الهواء ويوضع  
سرير الطفل وسط الغرفة ويكون محاطاً بالناموسية لمنع وصول الذباب  
والناموس اليه ويلزم أن ينام الطفل على الجانب الايسر أو الايمن لا  
على ظهره حتى اذا تقايا سقط القي خارج فمه ولا ينحدر الى مجاري تنفسه  
كما يحدث فيما اذا كان مستلقياً على ظهره وعند حصول بكاء أو أرق  
يبحث عن السبب الذي قد يكون من ضغط الملابس أو من ابتلالها أو  
من أغطية ثقيلة على جسمه فيتلافى كل سبب بما يناسبه ويمنع تعويد  
الاطفال على النوم بهز السرير لانها عادة غير صحية وقد تكون سبباً  
في تعود أعصابهم على التنبيه فضلاً عن اعتيادهم ذلك فلا ينامون الا  
اذا هز سريرهم . وفي ذلك من عناء من يقوم بتريتهم ما فيه

نعم اذا تراى أن الطفل قليل النوم شديد الارق سريع التهيج  
ينظر في معيشة مرضعته وتمنع من استعمال المنبهات كالقهوة والشاي  
والمشروبات الروحية

### تغذية الرضيع

- لتغذية الرضيع أربع طرق وهي  
أولاً — تغذيته بواسطة ثدي أمه  
ثانياً — تغذيته بواسطة مرضعة  
ثالثاً — التغذية الصناعية بواسطة الثدي الصناعي  
رابعاً — الارضاع المختلط

### تغذية الرضيع بواسطة ثدي أمه

ان خير الطرق المذكورة تغذية الرضيع بواسطة ثدي أمه وهي  
الطريقة التي يلزم أن تتبع في كل الظروف اذا أريد أن يكون  
الطفل شديد البنية حتى قالوا ان لبن الأم ملك للابن ولقد أظهر  
الباحثون منافع ارضاع الأم. وأبانتوا ان الطفل باستعماله لبن

والدته ينمو ويكبر ويشتد أسرع مما لو استعمل لبن أجنبية . وعلاوة على ذلك فانه لا يكون معرضاً للأمراض والطوارئ التي تحدث من استعمال غير لبن الأم ولا ريب في ذلك فان لبن الأم مقيد للطفل وقناة الطفل الهضمية معدة لاستقباله لان لبن البقر أو غيره يختلف في التركيب عن لبن المرأة

ومع ان معظم النساء يعرفن فائدة ارضاع أولادهن بأنفسهن وموافقة ذلك لصحتهن وصحة أطفالهن نرى بمزيد الأسف ان معظمهن يمتنعن عن ارضاع أطفالهن حتى يكون لهن فسيح الوقت للترفيه والرياضة خارج المنازل غير مباليات بما ينتج عن ذلك من ضعف صحة أطفالهن فضلاً عن تعبهن الشديد الذي يعود عليهن من مراقبة المرضعات أو الرضاعة الصناعية

نعم ان هناك فئة قليلة جداً من النساء لا يمكنهن ان يرضعن أولادهن بأنفسهن وذلك لعدم وفرة اللبن في ثديهن وفئة أخرى لا يسمح الطبيب لهن بان يرضعن أطفالهن لاصابتهن بمرض من الأمراض التي تمتنع الوالدة من ارضاع ولدها حفظاً لصحتها وصحته ولذلك لا بد لنا من أن نمنع النظر في كل حالة من أحوال الارضاع التي سبق لنا ذكرها



ولنذكر الآن أهم القواعد الصحية لكل نوع من أنواع  
الرضاعة

الارضاع بواسطة الأم — نرى كثيراً من الامهات عند  
ما يرين أولادهن يكون يعطينهم ثديهن وهذه طريقة عقيمة جداً  
فان الولد اذا أعطى الثدي كلما بكى أصيب بمرض التخممة بلا شك .  
وليس للولد أن يحكم على والدته بل هي التي تحكم على أغراض ابنها  
وعلى الأم أن توجد في طفلها عوائد صحية طيبة ولذلك فلا بد أن  
يعطى الثدي في أوقات مخصوصة معينة واذا بكى الطفل خلال هذه  
الافاقات المعينة فلا بأس بأن تتركه يبكي اذا كان السبب طلب الغذاء  
في غير أوقاته المعينة . واذا ذاك لا يمضي عليه زمن حتى لا يقوم من  
نومه الا عند ما يجيئ ميعاد الارضاع فتصبح هذه سجية فيه وعادة  
تنطبق في ذهنه

الرضاعة في مدة الستة الشهور الأولى — لا يعطى الطفل الثدي  
الا كل ساعتين فيكون مجموع الارضاع في الأربعة والعشرين ساعة  
ثمانى مرات وهذا كاف

وبعد انتهاء مدة الستة الشهور الاولى لا يعطى الطفل الثدي الا  
كل ثلاث ساعات وهذا ما يجعل عدد مرات الارضاع مدة الاربع

والعشرين ساعة سبع مرات وبعضهم ينصح بإعطاء الثدي للطفل مرة  
في منتصف الليل

وفي أوائل أيام الارضاع تضطر الأم لأن تعطي ولدها ثدياً  
بعد آخر وفيما بعد تكتفي بأن تعطيه ثدياً واحداً في كل رضة  
ويلزم أن لا يستعمل الثدي الواحد مرتين متواليتين ولا بد من  
أخذ الاحتياطات اللازمة حتى لا يعود ضرر ما على الثدي ومن  
ذلك غسل فم الطفل بالمياه الفاترة المعقمة وكذا الحلمة قبل وبعد  
الارضاع

كمية مدة الارضاع — تختلف مدة الارضاع . ففي الأيام  
الأولى من حياة الولد لا بد أن تكون مدة الارضاع قصيرة أي  
لا تتجاوز الخمس عشرة دقيقة

شروط الرضاعة — لا بد أن تأخذ الأم احتياطات شديدة  
في مدة الرضاعة حتى يكون لبنها كثيراً سليماً وصحياً لنمو طفلها  
ولذا تحتاج لأن تكثر من الأكل عن المعتاد وعلى الخصوص الألبان  
والمواد النشوية وينبغي أن تمتنع عن تعاطي بعض الأغذية كالثوم  
والخرشوف وغير ذلك من المواد التي تكسب اللبن مذاقاً

ينفضه الطفل وكذلك لا تتناول المشروبات الروحية وتمضي وقتها في الراحة والسكون ولا يحسن أن تتناول الأدوية بغير إذن الطبيب

### الارضاع بواسطة مرضعة أجنبية

لا يحسن الاعتماد على المرضعة الأجنبية الا اذا كانت الأم عاجزة عن ارضاع طفلها بنفسها للأسباب السابق ذكرها

### انتقاء المرضعة

عند اختيار المرضعة لا بد أن تكون مستوفية لشروط مخصوصة

وهي :

١ أن تكون سليمة البنية لا يتجاوز عمرها الثلاثين سنة مولودة من أبوين سليمين من كل عاهة أو مرض معدٍ أو تشويه في الخلقة أو نقص في النمو الطبيعي

٢ أن يكون ثديها ضخماً ولبنها لا يزيد عمره عن ثلاثة شهور وتكون قد سبق استخدامها كمرضعة أو تكون أرضعت بكرها حتى تكون بذلك على خبرة تامة بالارضاع ومعرفة كبرى بما يحتاجه الطفل أثناء الارضاع ويكون منظرها



مقبولاً مألوفاً ذات طباع حسنة وأخلاق هادئة وذكا.

وفطنة وحنو طبيعي وميل غريزي الى النظافة

وبالجملة تفحص المرضعة فحصاً دقيقاً بمعرفة الطبيب قبل أن  
يوكل اليها ارضاع الطفل وبعبارة قبل أن توكل اليها حياة الطفل .  
والوالدة التي ترضى أن ترضع طفلها بواسطة المرضعة عليها أن تعتقد  
كل الاعتقاد انها هي المسئولة عن ارضاع طفلها فلا يجوز لها أن  
تهمل أمره معتمدة في ذلك على المرضعة . كما انه يجب عليها أن تتعهد  
المرضعة من حين لآخر طوراً من جهة الأكل والشرب وآونة من  
جهة المسكن والحالة المعيشية ويجب أن يكون محل نوم المرضعة قريباً  
من محل الوالدة حتى تتمكن هذه من الاشراف على الموضع ليلاً  
ونهاراً ولا يسمح للمرضعة أن تنيم الطفل في حضنها بل يكون نومه  
منفرداً وتكون هي قريبة منه

ويجب أن يعتنى بغذاء المرضعة بأن يكون غذاء صحياً مفيداً  
ويلتفت دائماً لصحة المرضعة وكذلك تنظم أوقات الارضاع في  
ساعات معلومة لا تتعدها ( كما سبق الكلام على ذلك في ارضاع  
الطفل من ثدي أمه ) ولكي يكون اللبن مغذياً ومفيداً للطفل يناط

بالمرضعة بعض أشغال منزلية تؤديها بسهولة بحيث لا تعوقها عن  
ارضاع الطفل في الاوقات المعينة

### علاقة الام بالمرضعة

تبتدى الوالدة من أول يوم دخول المرضعة في أن تبث لها  
بعض التعليمات اللازمة وتعرفها عادات المنزل وأحواله وتنهاتها عما  
تستهجنه من العادات أو الخرافات وتبين لها ما تألفه من حسن  
الطباع والخصال وتوقفها على حركات الخدم وسكناتهم وما يسرها وما  
يفضها

وعلى الوالدة العاقلة أن تستعمل كل ملاطفة وبشاشة مع  
المرضعة خصوصاً عند ما تنبهها على الامور اللازمة أو على العادات  
المستهجنة

### الارضاع بواسطة الثدي الصناعى ( BIBERON )

مسألة اختيار اللبن للرضيع من المسائل التي دار عليها البحث زمناً  
طويلاً ولقد ظهر أن لبن الاتان هو الذي يقرب من لبن الام ولكن  
ثمنه غال على الطبقة الوسطى والفقيرة من الناس فضلاً عن قلة وجوده  
أما لبن المعز فانه يختلف كثيراً عن لبن الام ومع ذلك فقد

استعمله كثير من الاطباء في ارضاع الاطفال بنجاح  
أما ابن البقر فهو كثير الاستعمال لرضاعة الاطفال بواسطة  
الثدي الصناعي

يعطى اللبن للطفل بواسطة الثدي المذكور وهو عبارة عن زجاجة  
في طرفها العلوي قطعة من الكاوتشو ويشترط أن يكون مغسولاً دائماً  
بماء مغلي في جميع الاوقات وقد كانوا في الزمان القديم يستعملون ثدياً  
صناعياً بماسورة من الكاوتشو ولكن ظهر أن هذا النوع يصعب غسله  
وتنظيفه لتراكم بعض الاوساخ بالماسورة فيصعب تنظيفها وتكون سبباً  
في جلب الامراض للطفل

وهناك أمر آخر يجب العناية به وهو أن عدد مرات الارضاع  
بواسطة الثدي الصناعي لا بد أن تكون أقل من الرضاع بثدي الام  
لان ابن البقر أثقل هضمًا على الطفل ويبقى كثيراً في معدته ولذلك  
لا بد من أن تطول المدة بين الرضعتين حتى يتم هضم اللبن

كيفية غلي اللبن قبل تغذية الطفل به

يجب أن يوضع اللبن في اناء نظيف من النحاس مقصود جيداً أو  
في اناء من الفخار ويوضع الاناء فوق النار لدرجة الغليان ولا يملأ



الاناء تماماً لانه عند ارتفاع اللبن (فورانه) يسقط من الاناء ويلوث ما حوله فيلزم أن يكون اللبن الى نصف الاناء وبعد قليل يظهر على سطحه قشرة تأخذ في السماكة فتزع هذه القشرة بملقعة نظيفة (تغمر في ماء مغلي أولاً) فيظهر تحت هذه القشرة جملة فقائيع يعلم منها ان اللبن أخذ في الغليان فيترك على هذه الحالة مقدار خمس دقائق وبعد ذلك يرفع الاناء ويغطى بغطاء محكم نظيف قد سبق وضعه في ماء مغلي وبهذه الطريقة نحصل على لبن جيد خال من جميع الميكروبات الضارة ولكن هذه الطريقة لا يمكن بواسطتها حفظ اللبن زيادة عن يوم واحد ويلزم لحفظه جملة أيام تعقيمه

### تعقيم اللبن

يعقم اللبن بواسطة جهاز خاص لذلك (Appareil Soxhlet) وهو عبارة عن اناء من المعدن بغطاء يشبه الجردل داخله قرص من سلك الحديد ذو ثقوب عديدة تركيب فيها زجاجات من البلور ملائمة باللبن من ١٠٠ الى ١٥٠ جرام حسب من الرضيع وقوته على الرضاع وكيفية ذلك أن يوضع اللبن خالصاً أو مخففاً بالماء في الزجاجات

الى نحو نصفها أو ثلثها ثم تركب في القرص المثقب وتغطى بأغطية من الكاوتشوك خاصة بها ويملاً الاتاء بكمية من الماء لا تتجاوز سطح اللبن الموجود في الزجاجات ويوضع الاتاء على درجة حرارة ٩٥ مدة ثلاثة أرباع الساعة ثم يرفع من فوق النار ويترك للتبريد ولا تفتح الزجاجات الا عند ارضاع الطفل واذا بقي فيها لبن بعد نوبة الرضاع لا يجوز استعماله مرة ثانية ومن الضروري وضع ذاك الاتاء في محل بارد اذا أريد ابقاء اللبن وحفظه من الفساد

وان لم يتيسر الحصول على هذا الجهاز لغو ثمنه مثلاً فيستبدل التعقيم بزجاجات نظيفة يسع كل منها من ١٠٠ الى ١٥٠ جرام حسب عمر الرضيع وما يتناوله في رضعة واحدة ثم تقفل بقطعة من القطن النظيف وتثبت بقطعة من الشاش وتوضع الزجاجات في حلة نظيفة مملئة ماء الى نصفها ثم تغلى على النار مدة ثلاثة أرباع ساعة ثم تبرد تبريداً تدريجياً وتحفظ في محل بارد ولا تفتح الا حين ارضاع الطفل فاذا أريد التعقيم في المنزل بهذه الطريقة يجب تعقيمه حالاً بعد حلبه واعطاؤه للطفل في خلال ٢٤ ساعة وما بقي منه لا يحسن استعماله

ويعطى للطفل بارداً أو فاتراً وفي حالة المرض يأخذه فاتراً وذلك

بأن توضع زجاجة اللبن برهة من الزمن في حلة حرارة مائها ٣٧ الى  
أن تسخن قليلا

### كيفية اعطاء اللبن المعقم للرضيع

أحسن طريقة هي اعطاؤه بواسطة الثدي الصناعي أي الزجاجة  
السابق ذكرها و يلزم غسلها بالماء المغلي عقب كل رضعة وغلي حلماتها  
الكاوتشو وتغييرها من وقت الى آخر ولوقايتها من التلف خصوصا  
في بلادنا الحارة يجب وضع الحلمة في اثناء مملوء بالماء المعقم بين فترات  
الرضاع حفظا لها من الفساد

### الرضاعة المختلطة

الارضاع المختلط هو الجمع بين الارضاع بواسطة الام والارضاع  
بواسطة الثدي الصناعي وهذا النوع من الارضاع يحسن في حالة ما  
اذا كانت أشغال الام تضطرها لان تفارق ابنها أثناء النهار أو كان  
لبنها لا يكفي الطفل

### تغذية الطفل بعد مضي الثمانية الاشهر الاول

عند بلوغ الطفل الشهر الثامن من عمره يقتصر في تغذيته على

اللبن وفي بعض الاحيان تطول مدة الارضاع خصوصا اذا كان من ثدي الام الى الشهر الثالث عشر بدون أن يكون من وراء ذلك خطر

ولكن اذا وجد أن وزن الطفل لا يتغير فلا بأس باعطائه غذاء اضافيا يقرره الطبيب في الشهر الثامن لمساعدة الارضاع بواسطة الام أو بواسطة الثدي الصناعي ويجب أن يكون مقداره كمقدار اللبن الذي كان يتناوله بواسطة الثدي فاذا وجد أن الطفل يستطيع أن يتحمل هذا الغذاء يعطى بعد بضع أسابيع كمية أخرى مناسبة

والاغذية المذكورة هي المصنوعة من المساحيق النشوية . كدقيق القمح أو دقيق الارز أو الشعير أو الذرة أو البطاطس أو الاراروط

كيفية صنع هذه الاغذية — تضاف ملعقة صغيرة من المساحيق النشوية الى كمية قليلة من الماء البارد وتمزج به مزجا تاما ويوضع هذا المزيج في اناء محتو على ١٠٠ أو ١٥٠ جرام من اللبن المغلي ويغلى مدة عشر دقائق ويضاف اليه قليل من الملح أو السكر وبعد ذلك بزمان يضاف اليه قليل من الزبدة ويتناوله الطفل بالملعة فاذا أصابه اسهال بسببه وجب صنعه من مسحوق الارز واذا أصيب



بامساك يصنع من الشعير ولا يتناول الطفل الا نوعا واحدا من  
الإغذية النشوية قبل بلوغه الشهر العاشر وتستأنف الرضاعة من الموضع  
أو من الثدي الصناعي وتكون الفترة بين الطعام النشوي ونوبة  
رضاعة اللبن كافية بحيث تتمكن المعدة فيها من الهضم

وإذا بلغ السنة يأخذ نوعين من الغذاء من مستحضرات اللبن  
في ٢٤ ساعة وتنقص نوب الرضاعة وتجنب كثرة اعطاء الاطفال  
هذه الاغذية وقاية لهم من اصابتهنم بالنزلات المعدية المعوية  
وان شوهده أن الطفل لا يقبل الاغذية النشوية المذكورة استبدلت  
بالمسحوقات الآتية

( ١ ) دقيق اللبن (Farine lacté) وهو عبارة عن لبن ركز  
وعقم وأضيف اليه قليل من الخبز المحمص والسكر وأحسن  
نوع منه هو المسمى (Farine lacté Nestlé) والحصول عليه  
سهل لانه بخس الثمن

( ٢ ) فوسفاتين فالير (Phosphatine Falières) مكون من  
دقيق الارز ونشاء التايوكا ودقيق البطاطس والاراروط  
بأجزاء متساوية وكاكاو وسكر وفوسفات الجير ولتجهيزه  
لتغذية الطفل تضاف ملعقة صغيرة منه الى كمية من اللبن

فيكون طعاما لذيذا يحبه الاولاد كثيرا ولا يكرهونه كباقي  
الاطعمة غير أنه لا يحسن اعطاؤه للطفل الا عند بلوغه  
الشهر الثامن أو الشهر التاسع

(٣٠) بناد بسكوت (Banades Biscottes) مكون من خبز  
منقوع في اللبن أضيف اليه قليل من الزبدة وصفار بيضة  
واحدة ولا يجوز اعطاؤه للطفل قبل أن يتم السنة الاولى  
والبسكوت نوع من الخبز المحمص المجفف

(٤٠) را كاهو وتراكيه (Racahout et simitaires) مركب  
من دقيق البطاطس ودقيق الأرز والسحلب والقانيل  
والسكر ويضاف اليه كمية معلومة من اللبن

(٥٠) ملتزفود — مركب انجليزي كالانواع المذكورة  
تغذية الطفل في الشهر الثامن عشر — يعطى بعض الأطعمة  
كالفاكهة المطبوخة أو المربي وبعض المواد التشوية الممهوكة كالبطاطس  
والغدس والبازلأ ويسمى بالاقريج (Purees)

ويسمح لهم ببعض الامراق الخفيفة الخالية من الدهن ولا يسمح  
لهم باللحوم

## التبليغ عن المولود بعد الولادة

١. ينبغي في ظرف الثمانية والأربعين ساعة التالية لولادة التبليغ عن المواليد للشخص الموضوع عنده دفتر الجهة التي حصلت فيها الولادة
  ٢. يصير التبليغ عن ولادة الطفل بمعرفة والده وفي حالة عدم وجوده يبلغ أحد أقاربه الذكور أو الحكيم أو القابلة أو أي شخص حضر الولادة أو شيخ البلدة
  ٣. إذا حصلت الولادة أثناء السفر داخل القطر فعلى أهل الطفل عند وصولهم أن يبلغوا عنها في ظرف ثلاثة أيام مكتب الصحة أو مأمورها في الجهة التي حضروا إليها
  ٤. إذا حصلت الولادة أثناء السفر خارج القطر فعلى أهل الطفل عند عودتهم إلى محل إقامتهم أن يقدموا للشخص الموجود لديه دفتر المواليد عقد الولادة المحرر بمعرفة حكومة الجهة التي حصلت فيها الولادة وفي الحال يصير قيد هذه الشهادة في الدفتر المذكور
  ٥. إذا حصلت الولادة في أثناء الحج يبلغ عنها مندوب الصحة الموجود بالقافلة وهو يعطي أهل المولود شهادة بذلك وهم عند عودتهم يقدمونها للشخص الموجود لديه دفتر مواليد جهتهم لأجل قيدها فيه بدون تأخير
- إذا خالف ما ذكر يعاقب بدفع غرامة قدرها ٢٥ قرشا إلى ٢٠٠ قرش صاغ وبالسجن من ٢٤ ساعة إلى أسبوع

## التطعيم بالمادة الجدريّة

تطعيم الطفل بالمادة الجدريّة من الضروريات وقاية لهم من الإصابة بالجدري الطبيعي ويسهل لهم التطعيم بالمادة الجدريّة البقرية بمعرفة الطبيب لانه هو المسئول عن هذه العملية البسيطة. الضرورية في نقاوة المادة وتطهير مبضع التطعيم قبل العملية وخلاف ذلك من الضروريات ثم ينظر الطفل بعد سبعة أيام تمضي بعد العملية لمعرفة ما إذا كان حصل النجاح أو لا

ويجب تطعيم الطفل في ظرف ثلاثة شهور من يوم ولادته ويجوز عمل التطعيم قبل مضي هذه المدة متى كانت بنته تساعد على ذلك وكان خالياً من الأمراض ويجوز عمل هذه العملية بمرة أي طبيب بشرط تقديم شهادة منه دالة على اجرائه التطعيم ونجاحه وتقدم تلك الشهادة الى الادارة الصحية وهي تثبت ذلك مقارناً لاسم الطفل بذلك

واذا مرض الطفل وكان مرضه سبباً لمضي الثلاثة شهور المقررة للتطعيم فالواجب على والد الطفل أو المتولى أمره اثبات مرضه بشهادة طبيب وحينئذ تؤجل عملية التطعيم اليه ويذكر ذلك مقارناً لاسمه وكل من خالف ما ذكره يعاقب بدفع غرامة من عشرة قروش الى مائة قرش

### فطام الطفل

لأفائدة للطفل من استمرار ارضاعه الى ما بعد السنتين من عمره لان ثدي المرضع يفرز اللبن كالعادة ولكن عناصره المغذية تفقد حتى لا يصلح لغذاء الرضيع فضلاً عن ان المرضع قد يعتريها بسببه ضعف في جسمها

فاذا كان الطفل ضعيف البنية آخر دور الفطام بشرط ألا يكون ذلك في زمن الصيف أو في وقت بروز الاسنان وكذا اذا كان مصاباً بمرض ما فيؤجل الفطام الى أن يبرأ

وقد يكون الفطام ضروريا اذا جف اللبن من ثدي والدته أو أصيبت بمرض حال دونه فيجب الالتفات الى ذلك ويكون



فطام الطفل بحسب حالته أي لا يجوز فطامه قبل الشهر الثامن أو التاسع لأن ذلك يعرضه للأمراض الشديدة . والافق أن يكون الفطام تدريجياً ويبدأ من الشهر التاسع فيعطى الطفل مرة أو مرتين في اليوم بعض الأطعمة المصنوعة باللبن وتبدل نوبة رضاعه الطبيعية بنوبة من ( الثدي الصناعي ) أو بطعام نشوي وهكذا تزداد نوب الأطعمة وتنقص نوب الرضاع الطبيعية بالتدريج الى أن يترك الطفل ثدي أمه من تلقاء نفسه بدون أن يشعر بتعب

### التسنين وأدواره

في الشهر السابع تقريباً تبرز غالباً القاطعات في الفك الاسفل ثم في الفك الأعلى ثم القواطع الجانبية بين الشهر الثامن والعاشر ثم الأضراس المقدمة في الشهر الثاني عشر ثم الأنياب في الشهر الثامن عشر ثم الأضراس الخلفية بين تلك المدة والسنة الثالثة ويقال لها الاسنان اللبنية لأنها تسقط وتبدل بغيرها بعد السنة السابعة بالاسنان الدائمة منها أضراس العقل التي تظهر من السنة السابعة عشرة الى الحادية والعشرين

اعراض التسنين — عند ظهور الاسنان يظهر بالثة ورم مخرج  
يؤلم الطفل فيضع أصابعه بين فكيه ويضغط عليها ويكي وقد يصاب  
بتشنجات عصبية وقى واسهال ويزداد افراز لعابه

معالجة عوارض التسنين — عند ظهور الاعراض المذكورة  
يعنى بتنظيم غذائه ونظافة جسمه ويغسل الفم بمحلول حمض البوريك  
عقب كل رضعة أو تدهن الثة بشراب دي لا بار (Sirop delabarre)  
أو شراب التوت مع البورق فتضاف خمسة جرام من البورق الى  
خمسين جراما من الشراب ثلاث مرات في اليوم وتعالج العوارض  
الأخرى بما يلزم وسيأتي الكلام عليها

### رياضة الاطفال

لا يخرج الطفل من البيت قبل اليوم الخامس عشر ومتى كان  
الطقس والفصل موافقين يرسل الى خارج البيت كل يوم مرة الى  
أن يتعود الخروج اليومي طلباً للهواء النقي مع الاحتراس من الحر  
والبرد الشديدين وينظف وجهه بالشاش الرفيع وقاية له من الذباب  
والناموس اللذين قد يكونان سبباً لعدواه ببعض الامراض

## اسهال الاطفال

في الحالة الصحية يكون براز الطفل لينا، أصفر اللون ويحصل ثلاث أو أربع مرات في اليوم خاليا من الراتحة الكريهة . أما الاسهال فيصحبه في الغالب القيء وخروج غازات ومنص يستدل عليه بكاء الطفل وقبض رجليه نحو بطنه عند حدوث الألم وفي هذه الحالة اذا كان البراز أصفر كان الاسهال بسيطا ومتى كان أخضر وراثته كريهة ومصحوبا بندف بيضاء متجمدة من اللبن دل على تهيج معوي وان كان أبيض دل على تكدر في الكبد وان كان مصحوبا بدم ومخاط دل على أن الاسهال من النوع الدوسنطاري

العلاج — لا يجوز قطع الاسهال مرة واحدة خصوصا في مدة بروز الاسنان ولكن اذا كان شديدا يعطى الطفل من نصف ملعقة صغيرة الى ملعقة من زيت الخروع لتنظيف الامعاء وان كانت راثته حامضة أعطى مقادير صغيرة من المانيزيا أو يضاف ماء الجير الى اللبن بمقدار ملعقة من ماء الجير وثلاث ملاعق من اللبن

وان كان الاسهال نتيجة ورم في اللثة من بروز الاسنان فيجب شق اللثة بعرفة الطيب ويقاوم الاسهال بالأدوية البسيطة مثل

كربونات اليزموت فيعطى منه قمحتين الى خمس قمحات كل ثلاثة ساعات ممزوجة فى اللبن

وان كان الاسهال نتيجة الفطام يلزم ارجاع الطفل الى الرضاعة أو تغذيته بالأنبان ولا يعطى أغذية نشوية ويادر باستشارة الطبيب

### الاسهال الاخضر

هذا المرض نتيجة ميكروب يسمى (Coli-Bacille) كولى باسيل ويعرف بتكرر التبرز والقيء وكون البراز أخضر ذا رائحة كريهة  
المعالجة — يوضع الطفل تحت حمية شديدة فلا يعطى أغذية ولا يرضع مدة ٢٤ ساعة وإنما يعطى ماء الارز أو اللبن مع ماء الجير أو ماء فيشى والجرعة الآتية

حمض اللينيك ٢ جرام

ماء مقطر ١٠٠ جرام

كل ساعة ملعقة صغيرة

واذا استمر الاسهال وصار الطفل في حالة ضعف زائد فيستعمل

له الحقن بماء البحر (Plasma de quinton)



## سعال الاطفال أو النزلة الشعبية

يعرف هذا المرض بسعال خفيف أو سعال جاف مؤلم يكثر عند استيقاظ الطفل

المعالجة — يلف الصدر بالقطن أو بالصوف بعد دهنه بزيت التربينتين أو الكحول أو الكولونيا ويعطى مشروباً صديراً كمنقوع زهر البنفسج أو الحظمية وتقاوم باقي الاعراض بما يترأى للطبيب

## الامساك الذى يحصل للاطفال

يكثر حصول هذا المرض في السنة الاولى والثانية للاطفال الذين يتغذون بالمواد النشوية أو بالرضاع الصناعي فينشأ عن الامساك ارتفاع درجة الحرارة ويمتنع الطفل عن الغذاء

المعالجة — تعمل له وقتياً حقنة شرجية بماء معقم مضاف اليه الجليسرين أو توضع له أقماغ شرجية مخصوصة تسمى

(Glycerine Enulée suppositoire)

وهي الافضل لان الاستمرار على الحقن يمدد الامعاء فيوضع منها قمع

داخل الشرج فيحصل الاسهال ولا ينشأ من تكرارها ضرر وهي  
أحسن من الاقماح المتخذة من الصابون المتداول استعمالها

### زكام الاطفال

هذا المرض يعرف بكثرة العطاس وسيلان مواد مخاطية  
من الانف فان لم يكن نتيجة اصابة الطفل بالحصبه أو تابعا لبعض  
الامراض كالتزلة الشعبية تستعمل له المعالجة الآتية

وهي حمام قدمي من الماء الساخن تكون حرارته مناسبة ووضع  
قطن على الجبهة ودهن باطن الانف بزيت اللوز ومس الحفر الانفية  
بمحلول الشب بمقدار جرام على عشرين جراما من ماء مقطر

### التشنجات العصبية في الاطفال

يطرأ هذا المرض في بعض الاحيان للاطفال مدة التسنين وقد  
يكون نتيجة اعطائهم الاطعمة الثقيلة أو الامساك أو رضاع لبن  
مرضعة بعد اتصال نفسياني شديد حدث لها وقد يكون من اعراض  
التهاب سحائي

علامات هذا المرض — انقباضات تشنجية في اليدين والقدمين.  
وعضلات الوجه وانجذاب الرأس الى الخلف أو الى جانب واحد  
وظهور زبد رغوي من الفم وعرق بارد واتساع حدقة العينين أو  
انقباضها بحيث لا تثار من النور وتدوم هذه الحالة بضع دقائق  
وتزداد أحيانا بسرعة بضع ساعات وتنتهي بالموت في بعض الأحيان  
العلاج — يجب حل الملابس خصوصا التي حول العنق والصدر  
والبطن وتفتح الشبايك لتجديد الهواء ويرش وجه الطفل بالماء البارد  
ثم يعمل له حمام فاتر من ٥ دقائق الى ١٥ دقيقة وترفع الرأس عن الماء  
وبعد خروجه منه توضع أوراق خردلية على الساقين الى أن يحمر  
الجلد ويعمل له حقنة بالماء المعقم الفاتر وإذا كانت اللثة متفخخة يادر  
بشقها وان كان بالبطن غازات اعطى مسحوق غريغوريوس  
الانكليزي المركب من الراوند والمغنيسيا والزنجيل فيعطى منه من  
قمتين الى ثلاث كل ساعتين أو أربع ساعات وينتدب الطبيب  
ليأمر بما يراه

التهاب فم الاطفال (Muguel) (المعروف بالقلاع)  
(ويعرف عند النساء بالحر)

هذا المرض كثير الحصول لدى حديثي الولادة ومن أسبابه  
رداءة لبن المرضعة أو الرضاعة الصناعية أو تغذيته بالمواد النشوية  
أو العسالية وهو مرض معدٍ وتنتقل عدواه بثدي المراضع  
ويعرف هذا المرض بظهور نقط بيضاء منتشرة على اللسان  
وجميع تجويف الفم ويصطحب بإسهال أخضر وحمى  
العلاج — يمنع الطفل من الاغذية النشوية وخلافها ويعطى مسهلاً  
خفيفاً من زيت الخروع ويعطى مياه فيشى شرباً وينسل فيه بها  
ويكون غذاؤه من اللبن مع ماء الجير ويمس فيه بالبورق بمقدار  
جرامين الى عشرة جرامات من العسل ثلاث مرات في اليوم وينتدب  
الطبيب لأمر بما يراه

### احتقان اللوزتين في الاطفال

يعرف هذا المرض بتعسر في الازدراد والتنفس ويكون  
الصوت أنفياً (صوت الاخنف) فيكون فم الطفل مفتوحاً وتصير  
اللوزتان داخل الفم كبيرتي الحجم



العلاج — مس اللوزتين بعصير الليمون أو مسحوق الشب  
المكلس ووضع لبنخ ساخنة من بذر كتان على العنق وانتداب الطيب  
ليفحص المرض فر بما يكون مصابا بمرض الدفتريا الذي سيأتي  
الكلام عليه

### السعال الديكي للأطفال

يعرف هذا المرض بسعال جاف متكرر قوي يكون فيه الصوت عند  
حركة الشهيق كصياح الديك ومتى اشتدت النوبة تنتهي بقي ويكون  
الوجه عند النوبة محتقنا والتنفس عسرا وينشأ من تأثر الطفل وقت  
النوبة حصول رعاف أحيانا وهو مرض معد بميكروب مخصوص

العلاج — يعزل الأطفال المصابون بهذا المرض عن غيرهم  
الأصحاء وتكون اقامتهم في جهة جافة ويوضعون في حمية فلا يعطون  
الا اللبن ووقت النوبة ترفع ملابسه الضاغطة على جسمه خصوصا  
ما كان منها حول العنق

وقد يفيد استنشاق بعض الابخرة الكبرى كالبخرة المتصاعدة  
من متحصلات تجهيز غاز الاستصباح وينتدب الطيب لأمر بما يراه

### النزلة المثانية للاطفال

يعرف هذا المرض بحصول بول متكرر مصحوب بآلام وزحير  
ويكون لون البول أحمر أو دمويا أحيانا ومحتويا على مواد مخاطية

العلاج — الحمامات الفاترة والاقامة في جهات جافة ووضع اللبخ  
الحارة على قسم المثانة والتدثر بملابس الصوف وشرب المياه المرشحة  
النقية والمنقوعة المدرة للبول كمنقوع شواشي الذرة الشامي أو غنب  
الذئب أو (البان) وان لم تغد هذه الوسائط فيتبع ما يأمر به  
الطبيب الذي يبحث عن السبب ويعالجه

### الرمم الصديدي للاطفال

يعرف هذا المرض باحتقان عين أو اثنتين معا وكثرة الدموع  
وتورم الاجفان وانطباقها على بعضها وخروج مواد قيحية حال انفتاحها  
وينتقل هذا المرض من طفل لآخر بالعدوى لان له ميكروبا مخصوصا  
وتنتقل عدواه أيضا بواسطة الذباب والعصائب والمناديل وأيدي  
الامهات والمراضع اللاتي لا يحافظن على نظافة أيديهن وتطهيرها  
المعالجة — عدم تعريض الاطفال مكشوفي الوجوه لتساقط  
الذباب عليها بل يلزم تغطيتها بشاش خفيف جدا وقاية من ذلك

ومسح الاجفان بالماء المعقم المضاف اليه قليل من عصارة الليمون  
بقطعة من القطن تحرق أولاً بأول بعد استعمالها أو غسل العينين  
بمحلول حمض البوريك بنسبة ٣ في المائة ووضع مكدرات قاترة من  
منقوع البابونج ويحترس من اعادة غطاء العين الملوثة بالمواد القبيحة  
على العين بل يبدل بغيره كلما ظهر به تلوث ويدعى الطبيب في الحال  
ليأمر بما يراه ولا يترك بهذه الحالة اتكالا على الاسعافات المذكورة  
لان هذا المرض قد يتلف العين في مدة ٢٤ ساعة في بعض الاحيان

### بكاء الطفل

قد يكون الطفل بطبعه قليل النوم سريع التهيج عصبي المزاج  
فيجب النظر في معيشة مرضعته ومنعها من استعمال المنبهات كالقهوة  
والشاي والمشروبات الروحية

ويجتنب اعطاؤه مخدرات مثل (أبو النوم) فقد يكون سببا  
في اعتياده عليه فتضعف أعصابه ويكون عرضة للأمراض بل ويجب  
استحمامه قبل النوم بماء فاتر يضاف اليه قليل من الزيرفون  
ودلك جسمه دلكا بسيطا بفقطة وقد يكون عدم النوم من افراطه  
في الغذاء واكثار الرضاع فيجب اجتناب هذه الاسباب واعطاء

لمرضع مسهلا وان حصل له امساك فتعمل له حقنة شرجية بالماء المعقم

. تعويد الطفل على الالعاب

الغرض من ذلك تنبيه أفكاره الى الاشياء التي تحيط به ونمو عقله ولكن يجب أن تكون الالعاب موافقة لسنه من حيث الشكل والحجم خالية من الالوان المضرّة كالزرنينخ والرصاص ويجب الاحتراس من اعطائه أشياء صغيرة . كتنقود أو حبوب خوفا من أن يتلعها فتضره

### التربية الاخلاقية

من أهم واجبات الوالدين الالتفات التام الى اصلاح تربية أولادهم على الخصال الحميدة ووقايتهم من الاخلاق الرديئة وتنبيههم بلطف على الاقلاع عنها اذا تلبسوا بها لئلا تثمّن فيهم فيعسر زوالها فعند ما يتدبّر الطفل في النطق يلزم تعويده على الألفاظ الحسنة بمعرفة مربيته وعلى ترك الطعام في غير أوقاته وعلى النظافة التامة كالاستحمام والملبس وعلى احترام والديه وعموم الناس وتعليمه آداب المعاشرة وآداب الجلوس على المائدة ونحو ذلك من العادات المستحسنة حتى يكون بهد ذلك في صف العقلاء محترما بين أقرانه اذ بدون ذلك تكون حياته تعيسة ويكون محقرا ليس له لذة في الحياة



## مشي الاطفال

قد تصاب الاطفال بالزمانة المعروفة بالكساح فيموقفهم ذلك عن المشي وينشأ عنه لين واعوجاج في العظام سببه ضعف البنية والاقامة في المساكن الرطبة المظلمة ويظهر هذا المرض بين الشهر السادس والسنة الثالثة من العمر فيصاب الطفل بضعف عام واتفاخ في البطن وحى خفيفة وورم مفصل الركبة والرسغ واعوجاج العظام وتشوه العمود الفقري ( سلسلة الظهر )

المعالجة — يعالجون بالاغذية الخفيفة والاقامة في مساكن جيدة الهواء تدخاها أشعة الشمس والاستحمام بالماء المملح المضاف اليه منقوع ورق شجر الجوز ويمنع الطفل من المشي ويبقى مستلقيا ان كان ظهره مصابا ويعطى من شراب هيو فوسفات الجير كل يوم ثلاثة ملاعق Sirop Hypo phosphites du Dr. Churchill ويستدعى الطبيب لعمل له الاجهزة المخصوصة لحفظ العظام من التشوه ويمكن علاجه أيضا بالحقن بماء البحر بمعرفة الطبيب

## اطوار الحياة

يتقلب الانسان في أطوار حياة مختلفة من العمر وهي

- ١ الطفولية الاولى الى السنة السابعة
  - ٢ الطفولية الثانية الى الخامسة عشرة
  - ٣ البلوغ ويمتد الى السنة الحادية والعشرين
  - ٤ الشباب الى السنة الخامسة والثلاثين
  - ٥ الكهولة الى السنة الخامسة والاربعين
  - ٦ سن التقهر الى الستين
  - ٧ سن الشيخوخة الى الهرم فالموت
- غير أن هذه الفواصل تقرب أن تكون وهمية لأن الادوار متداخلة بعضها في بعض يتعسر التمييز بين نهاية الدور الاول وبداية الدور التالي وتعاقب هذه الادوار لا يكون في جميع الافراد بالسرعة الواحدة ولو كان ترتيبها لا يقبل الخلل بل السرعة والبطء متوقفان على المناخ والغذاء والمهنة والعوائد والشهوات فانا نرى هرما منهوك القوى وهو لم يجاوز الثلاثين ونرى ابن السبعين قوي البنية نشيطا في الاعمال . ولورثة دخل عظيم في ذلك فان أصحاب البنية القوية والعمر الطويل والنشاط كثيرا ما يورثونها ذريتهم وعلى هذا لا يوجد دليل قاطع على أن الانسان يكون في كل دور منها بحالة مخصوصة

## الباب الرابع

### الميكروبات

قد علمنا الآن الوسائط الضرورية لمعيشة الانسان التي بدونها لا تتم الحياة وتدير صحة المولود من وقت ولادته وبعض الامراض التي تطرأ عليه ومداركتها بالعلاج ولكننا لانكتفي بالغلم بما ذكر فقط بل يجب علينا معرفة ما يطرأ على الجسم من الامراض الاخرى وتلافيها بالعلاج وقبل ذلك يجب علينا معرفة أسباب الامراض وهي الميكروبات لان معرفتها من الواجبات الضرورية اذ هي عدوة الانسان لكي نكون مستعدين لها في كل وقت وقاومها بما يلزم من وسائط العلاج

الميكروبات هي كائنات عضوية حية نباتية أو حيوانية صغيرة جداً لا ترى بالعين المجردة ويلزم لمشاهدتها استعمال النظارة العظيمة المصابة (ميكروسكوب)

وأول من شاهد هذه الميكروبات (Lauven Hook) لوثن هوك و (Spollanzani) سبوللانزاني والميكروبات التي تنشأ عنها الامراض لم تكتشف الا في سنة ١٨٥٠ وأول من اكتشفها (Davain) دافين الفرنسي فقد اكتشف ميكروب الجره الخبيثه أي المرض الفحسي ثم أظهر العالم العلامة (Pasteur) باستور بأبحاثه العلمية كيفية فصل وتربية وقتل تلك الميكروبات التي تنمو بكثرة وسرعة غريبة وتوجد في كل مكان

١ في الهواء — ان وجود الميكروبات في الهواء نادر لانها بحكم ثقلها تسقط على الارض أو على الانجسام التي تقابلها فكل جسم معرض للهواء هو مسكن للميكروبات التي تقع عليه ومن ذلك نستنتج أن تنظيف الاماكن بدون تنديتها بالماء مما ينشر الميكروبات بانتشار الاتربة فتكون العاقبة رديئة جداً وخطرة

فمن الواجب أن تكون المساكن خالية من الثقوب ومن الزخارف البارزة أو المجوقة لان تلك التعاويف والزخارف تكون مسكناً للميكروبات ويجب أيضاً أن يعلم أن الشمس تضعف الميكروبات ان لم تمتها وأن الهواء النقي



سبب قوي لصحة المرضى والاصحاء بعكس الرطوبة فانها تساعد على انتشار الميكروبات

٢ في الماء — ماء البنايع لا يحتوي الا على كمية قليلة جداً من الميكروبات بخلاف المياه التي تصب في المجاري فانها تحتوي على ٨٠ مليون ميكروب في اللتر أما الماء العادي الذي نستهلكه للشرب وللنظافة يومياً فيحتوي على مقدار ليس بقليل من الميكروبات ولذلك لا يجوز استعمال هذه المياه لنظافة الجروح الا بعد غليها ولا تستعمل للشرب الا بعد ترشيحها جيداً وغليها ان أمكن كما سبق الكلام على ذلك في فصل المياه

٣ في الارض — الارض تحتوي على معظم أنواع الميكروبات بكمية عظيمة جداً ولذلك نرى ان كل جرح تصله الاوساخ من الارض أو من الاتربة يكون عرضة لاختار كثيرة مثل التيتانوس وسبائي الكلام عليه وعلى ذلك لا يجوز للانسان المشي على الارض عاري الاقدام

٤ على سطح الجسم — الجلد يحتوي على عدد عظيم من الميكروبات وخصوصاً الجهات المغطاة بالشعر وهي (التجاويف الطبيعية) مثل الخفر الأنفية والفم وأعضاء التناسل والشرح الخ وذلك بسبب اتصالها بالهواء ولوجود رطوبة ودرجة حرارة بها مناسبة لنمو الميكروبات ومن ذلك تظهر لنا أهمية الاعتناء بنظافة هذه التجاويف ونظافة الجلد فستنتج من ذلك لزوم غسل الأيدي والفم قبل الغذاء وبعده والاستحمام دائماً وغسل الوجه وتجاويفه وغسل القدمين وتنظيف ما بين الأصابع يومياً لما في ذلك من الفائدة

ثم ان الميكروبات المذكورة تصل للجسم بالهواء . وذلك كميكروب السل الرئوي لان بصاق المسولين وموادهم المخاطية الانفية تجف على سطح الارض وتطير في الهواء وتصل لغيرهم بالتنفس ولذلك يلزم أن يكون بصاقهم في أوان مخصوصة بها محاليل مطهرة كحمض القينيك ومناديل من الورق تحرق أولاً فاولاً

وبسبب الماء — كميكروب الكوليرا لان متحصل افراز

المصابين بالكوليرا كمواذ البراز والقيء اذا ألقيت في مياه الشرب  
تصير تلك المياه مملوءة بميكروباتها فيجب غلي مياه الشرب  
في زمن انتشار الكوليرا واتباع جميع النصائح الطبية للوقاية من هذا  
المرض القتال

وقد تصل الميكروبات للجسم بواسطة الغذاء كميكروب الحمى التيفودية  
والدفتيريا أو بواسطة الحشرات ( الذباب والناموس ) كميكروب  
مرض النوم Trypanosomose وحى الملاريا أو بواسطة البراغيث  
والفيران والجردان كميكروب الطاعون

ومتى وصلت هذه الميكروبات للجسم بأحدى هذه الطرق  
أثرت عليه بحسب الاستعداد الشخصي اذ يوجد في الجسم عوامل  
دفاع ضد الأمراض ومن أهم هذه الوسائل الطبيعية وظيفة كريات الدم  
البيضاء لأنها تقوم بابتلاع الميكروبات كلما اجتمعت بها وقويت عليها  
فيكون جسم الانسان ميدان قتال مستمر وجهاد دائم في سبيل الحياة  
يحدث من اجتماع هذين الخصمين الميكروب من جهة وكريات الدم من  
جهة أخرى منازعات قوية يكون الفوز فيها للجانب القوى فلما أن  
يتغلب الميكروب على كرات الدم ويقهرها فيمتلك المواقع المتنازع

عليها أعني أعضاء الجسم واما أن تغلب كريات الدم وتقوم بوظيفتها  
خير قيام فتبتلع الميكروب وتهضمه وتبيده

فمن كانت أسباب الدفاع متوفرة فيه ضد الامراض تعذر على  
الميكروب اتخاذ جسمه محلاً لضيافته والعكس بالعكس

أما اذا وصلت هذه الميكروبات للجسم بالطرق المذكورة ولم تجد  
مقاومة تفرز افرازاتها المسماة بالتوكسين فتحدث تلك الافرازات  
شللاً بالاعوية ومتى ازداد الافراز بتكاثر تلك الميكروبات نتج  
عنها تسمم الجسم بالتوكسين وموت المصاب

مثال ذلك أنه اذا عملت عملية جراحية كفتح البطن نرى في  
بعض الاحيان أنها تتضاعف بالتهاب بريثوني ويموت المريض —  
ولماذا — لانه في مدة العملية دخلت بعض ميكروبات في البطن  
بواسطة الشاش أو الخيط أو أيدي الجراح ومساعديه أو الآلات  
كذلك نرى مثلاً رجلاً مشلولاً لا قدرة له على افراز البول  
فيعمل له الطبيب قسطرة ثم نشاهد أن تلك العملية البسيطة تتضاعف  
بالتهاب في المثانة وفي الكليتين فيموت المريض — ولماذا — لأن  
القسطرة لم تكن معقمة فنقل بعض ميكروبات الى المثانة

كذلك نرى رجلاً جرحت يده وهو يشتغل ثم لا يلبث أن

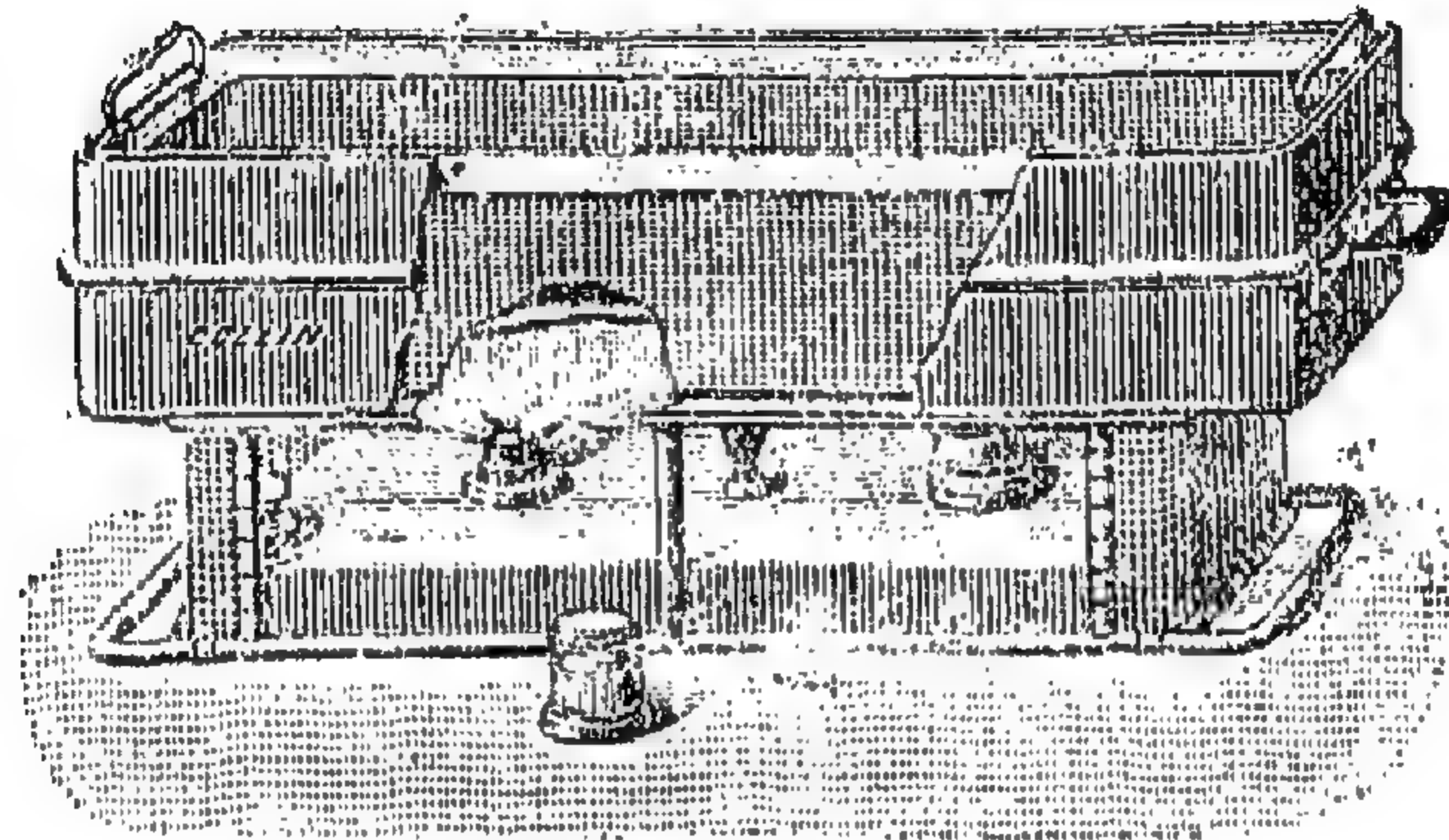


يموت بالتيتانوس — لماذا — لان ميكروب التيتانوس الموجود بكثرة في التراب قد عفن الجرح فتتج عنه موت المصاب وكذا نرى جرحاً لا يلتئم بسهولة ويستمر تقيحه مدة طويلة رغمًا عن الفيارات — لماذا — لان بعض الميكروبات قد وصل الى الجرح بواسطة المسبب لهذا الجرح أو بواسطة الفيار وهكذا من الامثال التي ينشأ عنها تأثير الميكروبات على الجسم وضرورة مقاومتها بواسطة التعقيم والتطهير لان أقل خطأ أو هفوة في النظافة يمكن أن ينتج عنه خطر عظيم فاذا لاحظنا جميع القواعد المقررة الخاصة بالنظافة سهل علينا مقاومة الميكروبات باتخاذ الاحتياطات اللازمة لمنع دخولها الجسم فيجب علينا معرفة الوسائط الضرورية والعقاقير الطبية التي تؤثر على الميكروبات ونميتها قبل أن نتمكن من الانسان وهي

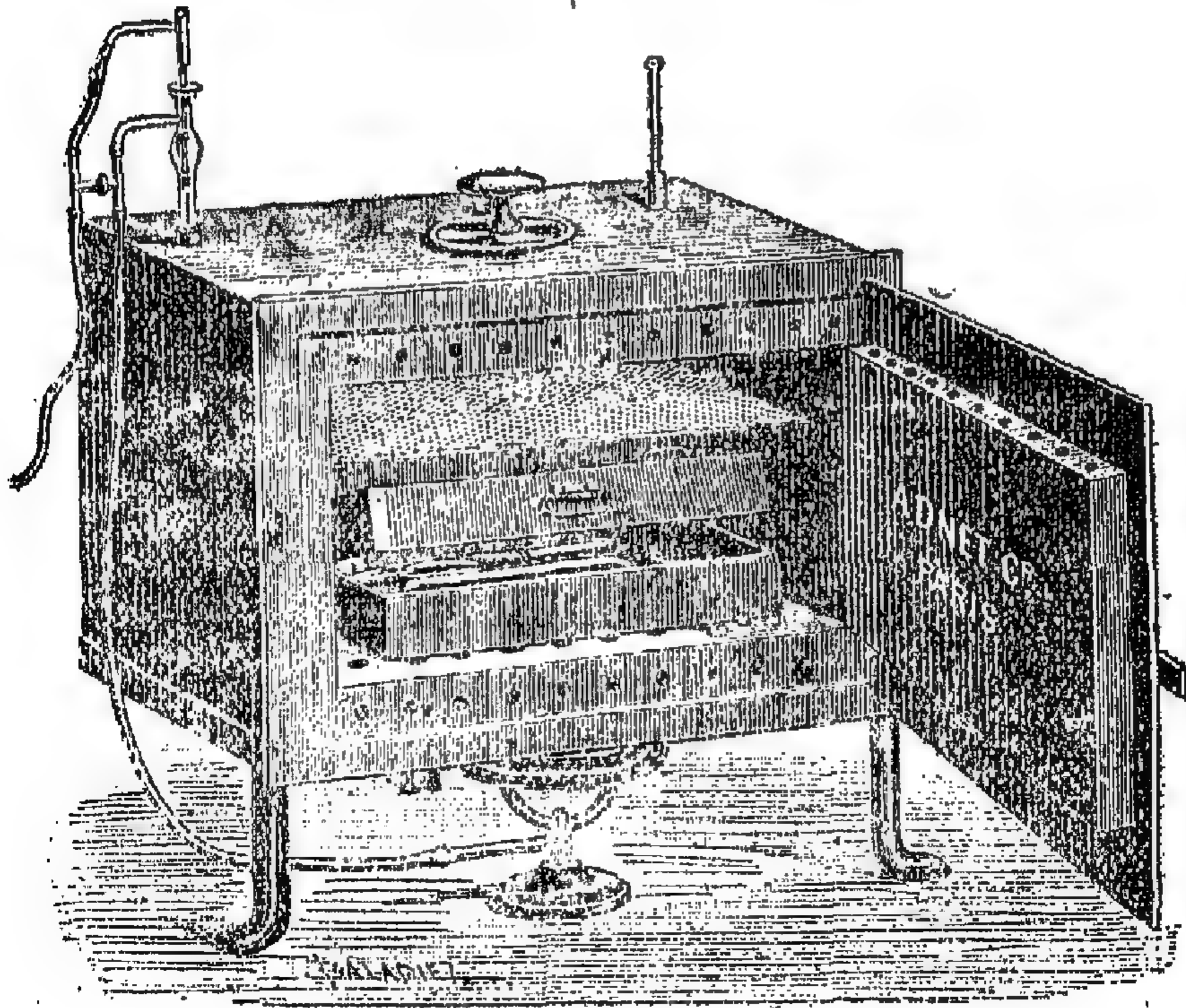
### التعقيم

التعقيم هو النظافة بكل معانيها ونعني به هنا تعقيم الشيء أي قتل جراثيمه المرضية حتى لا يكون واسطة في نقل تلك الجراثيم . وللتعقيم شروط وطرق مخصوصة أهمها وأبسطها هو غلي الأشياء المراد تعقيمها في الماء فاذا غلي الشيء المراد تعقيمه في الماء مدة عشرين دقيقة على درجة ١٠٠

أي درجة الغليان كان بعد تلك المدة خالياً من الميكروبات الضارة  
وتغلي الأشياء أي تعقم في أوان نظيفة أو في أجهزة مخصوصة  
كجهاز التعقيم بالماء شكل (٢٨) أو بالحرارة الجافة شكل (٢٩)  
شكل (٢٨) التعقيم بالماء



شكل (٢٩) التعقيم بالحرارة الجافة



أو بالبخار كجهاز الانوكلاف راجع تأليفنا ( الاسعافات الطبية  
الجراحية والباطنية ) صحيفة ٧٤

### المواد المطهرة أو المضادة للعقونة

يمكن قتل الميكروبات بواسطة استعمال بعض مواد كيمياوية  
من خاصيتها قتل الجراثيم المفسدة وهذه المواد كانت كثيرة  
الاستعمال في الزمن الماضي ولكن أهميتها أخذت تقل الآن بسبب  
استعمال طرق التعقيم في جميع الاعمال الجراحية  
وجميع المواد المطهرة هي سموم قتالة ولذلك يلزم استعمالها مع  
الاحتراص وبأمر الطبيب مع مراعاة المقادير المقررة لكل واحد منها  
وسنذكر بعضها الكثير الاستعمال

### السليمانى الاكال

هو من أقوى المطهرات وهو سم قتال ينشأ عنه اخطار عظيمة  
فيلزم الإحتراص عند استعماله وهو ملح عسر الذوبان في الماء  
ولكنه يذوب في الكحول وفي الماء بإضافة ملح الطعام عليه ومقداره  
من عشرة سنتي جرام الى جرام في الالف ولا يجوز استعماله في تطهير  
الآلات الجراحية لانه يتآنها



والأوفق استعماله بهيئة أقراص ويوجد منه في الصيدليات  
أقراص داخل أنابيب زجاج كل قرص منها يحتوي على نصف جرام  
ملونة باللون الأحمر أو الأزرق لتمييز السائل المحتوية عليه  
ومن رأينا عدم استعمال محلول السليمانى لغسل الجروح فإنه  
يجمد المادة الزلالية فتكون حافظة في وسطها الميكروبات بدون  
أن تميتهما فالأصوب استعماله في تطهير أيدي الجراح ومساعدته وفي  
تطهير المنازل عقب وجود الأمراض المعدية بها بمعرفة الطبيب

### صبغة اليود

تستعمل مطهرة ومضادة للعفونة فتستعمل دهاناً في الجروح عقب  
حصولها للمقاومة تأثير الميكروبات عليها وخصوصاً الجروح التي لامست  
الأرض أو أشياء أخرى غير مطهرة

### حمض الفينيك

هو سائل كاوتنخين يذوب في الكحول ويستعمل مطهراً في الجروح  
بنسبة ٢ : ٥ في ١٠٠ وغير النقي منه يستعمل في تطهير المراحيض  
والمنازل عقب حصول الأمراض المعدية بها ممزوجاً بالماء بنسبة ٢٥  
جرام في ١٠٠



## الكحول

مطهر مضاد للعفونة وقاطع لآثرقة الأوعية الصغيرة بتجميده  
تزال الدم وينقص تكوين الصديد وينزل رائحته

## زهر الكبريت

زهر الكبريت يستعمل لتطهير الغرف بالكيفية الآتية وهي أن  
تغلق جميع النوافذ وتسد الفتحات ويحرق في اناء من الفخار مقدار  
من الكبريت يوازي ٢٥ جراماً لكل متر مكعب بعد تنديته بالكحول  
ثم تفتح النوافذ بعد ٢٤ ساعة ويلزم إزالة كافة المفروشات قبل اجراء  
هذه العملية لانه يتلف الالوان ويحسن غسل الحيطان وجميع الاشياء  
القابلة للنسل بواسطة باب ١ من محلول السليمانى

ويوجد جهاز مخصوص لرش الحيطان والسقوف والارض يحمل  
على الظهر وقت الاستعمال يماثل الجهاز المستعمل في الزراعة لرش  
زهر الكبريت على كروم العنب ويستعمل الفورمول بهيئة بخار في  
الاماكن باجهزة مخصوصة والفتالين لحفظ الملابس من الارضة على  
حالة مسحوق أو أقراص خصوصاً الملابس والاعطية التي من الصوف  
ونستعمل المطهرات في الاماكن على حالة بخار بقصد اعدام

الحشرات الضارة التي قد تكون سبباً في نقل ميكروبات الامراض  
كالبراغيث والبق وغير ذلك

### الجير

يستعمل لتطهير المنازل والمراحيض عقب الامراض وذلك باذابة  
الجير المحروق أي غير المطفي في الماء في أوانٍ من الفخار أو الزنك  
ويحرك المخلوط حتى يصير سائلاً رخواً وهو المسمى بلبن الجير فيصب  
في تلك المحلات في حالة حرارته الناتجة عن اطفاء الجير في الماء فيطهرها  
من ميكروبات الامراض

---

## الفصل التاسع

حرارة الجسم والنبض والتنفس والبول  
في الحالة الصحية والمرضية

قبل التكلم على الأمراض التي تؤثر على الانسان يجب معرفة  
حرارة الجسم والنبض والتنفس والبول في حالتي الصحة والمرض حتى  
يمكننا تمييز السليم من المريض

درجة الحرارة الطبيعية في الانسان — تعرف بترمومتر سنتيجراد  
وترمومتر فرنهيت ففي حالة الصحة تساوي الحرارة ٣٧ بترمومتر  
سنتيجراد تساوي ٩٨.٦٥ بترمومتر فرنهيت . ولا تختلف الحرارة في  
الانسان باعتبار الجنس والسن والفصل الا شيئاً قليلاً بل هي ابداء على  
درجة واحدة تقريباً الا في بعض الامراض كالحمى فانها قد ترتفع فيها الى  
٤١ بترمومتر سنتيجراد ويندر أن يتجاوز هذا القدر . واختلاف درجة  
الحرارة في حالي الصحة والمرض له اعتبار عظيم في تشخيص بعض  
الأمراض فيجب في حالة المرض معرفة درجة الحرارة في الصباح  
والمساء ومن يوم لآخر للوقوف على سير المرض كما ترى في الجدول  
الآتي شكل (٣٠) صحيفة ١٧٢

شكل (٣٠) جدول لبيان درجة الحرارة في الحالة المرضية \*

Nom: .....													
Poids	Temp.												
200	42°												
180	41°												
160	40°												
140	39°												
120	38°												
100	37°												
80	36°												
60	35°												

\* يبدأ من درجة ٣٥ الى ٤٢ وفي الخانة المكتوبة بها كلمة (Nom) يكتب اسم المريض والخانات التي بأعلى رقم ٤٢ يكتب فيها تاريخ اليوم من اليسار الى اليمين والخانات التي على يسار رقم ٤٢ تنقسمه بخط رفيع الى قسمين أحدهما عن يسار رقم ٤٢ يكتب فيها حرف ص علامة الصباح وعلى يسارها

يكتب فيها حرف م علامة المساء فال كانت الحرارة زائدة عن ٣٧ الطبيعية ك ٣٨ مثلا موضع إمام هذا الرقم . وكما ارتفعت الحرارة توضع الاصفار أمامها بحسب ارتفاعها وانخفاضها وبهذه الكيفية يمكننا معرفة سبب الحرارة من يوم لآخر



فيجب إيجاد ترمومتر من هذين النوعين لاستعماله عند اللزوم  
وعند استعماله يغسل الترمومتر بماء معقم والاحسن غسله بالكحول  
أو الكلونيا ثم ينظر لعمود الزئبق فان كان ارتفاعه زائداً عن  
الحرارة الطبيعية فيمسك طرف الترمومتر الخالي من الزئبق بإبهام  
وسبابة اليد اليمنى ويرج بقوة حتى ينخفض عمود الزئبق أسفل من  
رقم ٣٧ فيوضع طرفه الموجود به عمود الزئبق في الفم تحت اللسان  
ويؤمر المريض بضبط الترمومتر بالشفيتين مدة خمس دقائق ثم يؤخذ  
من فم المريض وينظر الى عمود الزئبق فيعلم من ارتفاعه فوق رقم ٣٧  
درجة الحرارة المرضية . ويجوز وضع الترمومتر تحت الابط بدلاً من  
وضعه في الفم

أما الاطفال فيوضع لهم الترمومتر في الشرج بعد دهنه بالجليسرين  
أو الزيت ويحتس من كسره بحركة الطفل ويوجد نوع ثالث من  
الترمومتر يسمى ترمومتر ريمور Thermometre reamoure مقسم  
من صفر الى ٨٠ وهو مستعمل في المانيا والنمسا

أما ترمومتر الحمام المسمى Thermometres de Bain فالغرض  
منه معرفة درجة حرارة الماء المستعمل للاستحمام داخل الماء وهذا  
النوع مغلفة جوانبه بالخشب لصيافته من الكسر ويوضع داخل الماء

المراد معرفة درجة حرارته وينظر لارتفاع عامود الزئبق حتى يصل الى الدرجة المطلوبة حسب أمر الطبيب

النبض — معرفة النبض مهمة جداً للوقوف على الحالة الصحية والمرضية ففي الحالة الصحية يكون من ٧٠ الى ٧٥ في الدقيقة ويكون في الاطفال بالنسبة الآتية

بعد الولادة	١٣٠	في الدقيقة
عند بلوغ الطفل سنتين	١١٠	» »
» » »	خمس سنوات	١٠٠ » »
» » »	ثمانى سنوات	٠٨٠ » »

والنبض لا يستدل منه على الحالة الحمية ولكن يستدل منه على حالة القلب وذلك يكون بوضع سبابة ووسطى اليد اليمنى على الطرف السفلي لعظم كعبرة ساعد المريض في مقابلة أصبع الابهام فيحس بضربات الشريان الموافقة لضربات القلب فتعد بالدقيقة فيوجد النبض في الحالة الصحية ممتلئاً منتظماً موافقاً لضربات القلب بدون تقطع وفي الحالة المرضية يزداد عن عدده الطبيعي . وقد يكون منقطعاً

## التنفس

عدد حركات التنفس في الحالة الصحية من ١٦ الى ١٨ مرة وتعرف بالنظر لارتفاع الصدر وانخفاضه بحركتي الشيق والزفير وكذا من ارتفاع البطن وانخفاضها فان زادت حركات التنفس عن ذلك أو نقصت دلت على حالة مرضية يجب البحث عنها وتشخيصها

## البول في حالي الصحة والمرض

البول في حالة الصحة يكون مقداره في مدة الاربع والعشرين ساعة في زمن الشتاء من ١٢٠٠ جرام الى ١٥٠٠ وفي زمن الصيف يكون أقل من ذلك بسبب العرق ويكون مصفرًا قليلًا خاليًا من الدم والزلال والسكر والميكروبات والاملاح الزائدة اما في الحالة المرضية فيكون مقداره قليلًا ويحتوي على بعض ما ذكرنا أو كثير منها فيعتبر البول حيثئذ من أهم الامور للوقوف على صحة الانسان ومرضه وبدونه لا يمكن للطبيب الوقوف على تشخيص حقيقة الامراض فيجب على كل انسان فحص بوله عند ما يطرأ عليه أدنى تغير في

صحته . ولاهمية ذلك نشرح كيفية فحص البول بطريقة مختصرة تفيد  
فائدة وقتية ويمكن كل نبيه متمرن بواسطتها فحصه بنفسه . والمهم في  
ذلك معرفة وجود الزلال والسكر فنقتصر على ذلك ونترك غيره  
للطبيب أو الكيماوي الاختصاصي

فحص الزلال في البول — يفحص الزلال في البول بطريقة بسيطة  
جداً يتيسر لكل انسان معرفتها وذلك بواسطة أنبوبة اسباخ التي  
هي عبارة عن أنبوبة من زجاج مدرجة ومرسوم عليها حرف U  
وحرف R ومغطاة بسدادة من الكاوتشو فيوضع البول في الانبوبة  
المراد معرفة كمية الزلال فيه لغاية علامة حرف U ويضاف على البول  
سائل اسباخ المسمى (Reactitif esbach) لغاية حرف R ثم ترج  
١٥ مرة تقريباً وتوضع الانبوبة على حامل لها مخصوص في محل رطب  
وضمناً عامودياً مدة ٢٤ ساعة فان كان به زلال رسب وتعرف كميته  
بالأرقام الموجودة على الانبوبة فيتبين مقداره في الالف

معرفة وجود السكر في البول — أولاً يبحث عن الزلال فان وجد يستخن  
البول ليتجمد الزلال ويرشح ثم تؤخذ كمية صغيرة من البول المرشح  
وتوضع في أنبوبة اختبار ويستخن على لهب مصباح كحولي وأنبوبة



أخرى يوضع فيها مقدار من سائل فهلنج (Liq. de Fehling) بنسبة جرام من البول لجرامين من سائل فهلنج ويسخن أيضاً ثم يضاف السائل المذكور على البول وتسخن الأنبوبة فإن كان البول محتوياً على سكر تلون باللون الأحمر ويشترط أن يكون سائل فهلنج مجهزاً حديثاً بالاجزاخانات أي غير فاسد ولمعرفة ما إذا كانت قديماً أو حديثاً يوضع مقدار منه داخل أنبوبة ويسخن فإن كان قديماً فاسداً تلون باللون الأحمر وإن كان جيداً أي حديثاً بقي على حاله بلونه الأزرق

وللاحظ أن هذا السائل وإن كان غير فاسد لكنه يتلون باللون الأحمر إذا كان المريض تعاطى أدوية كالسالول أو كانت البول محتوياً على كمية زائدة من حمض البولييك أو به أسيتون



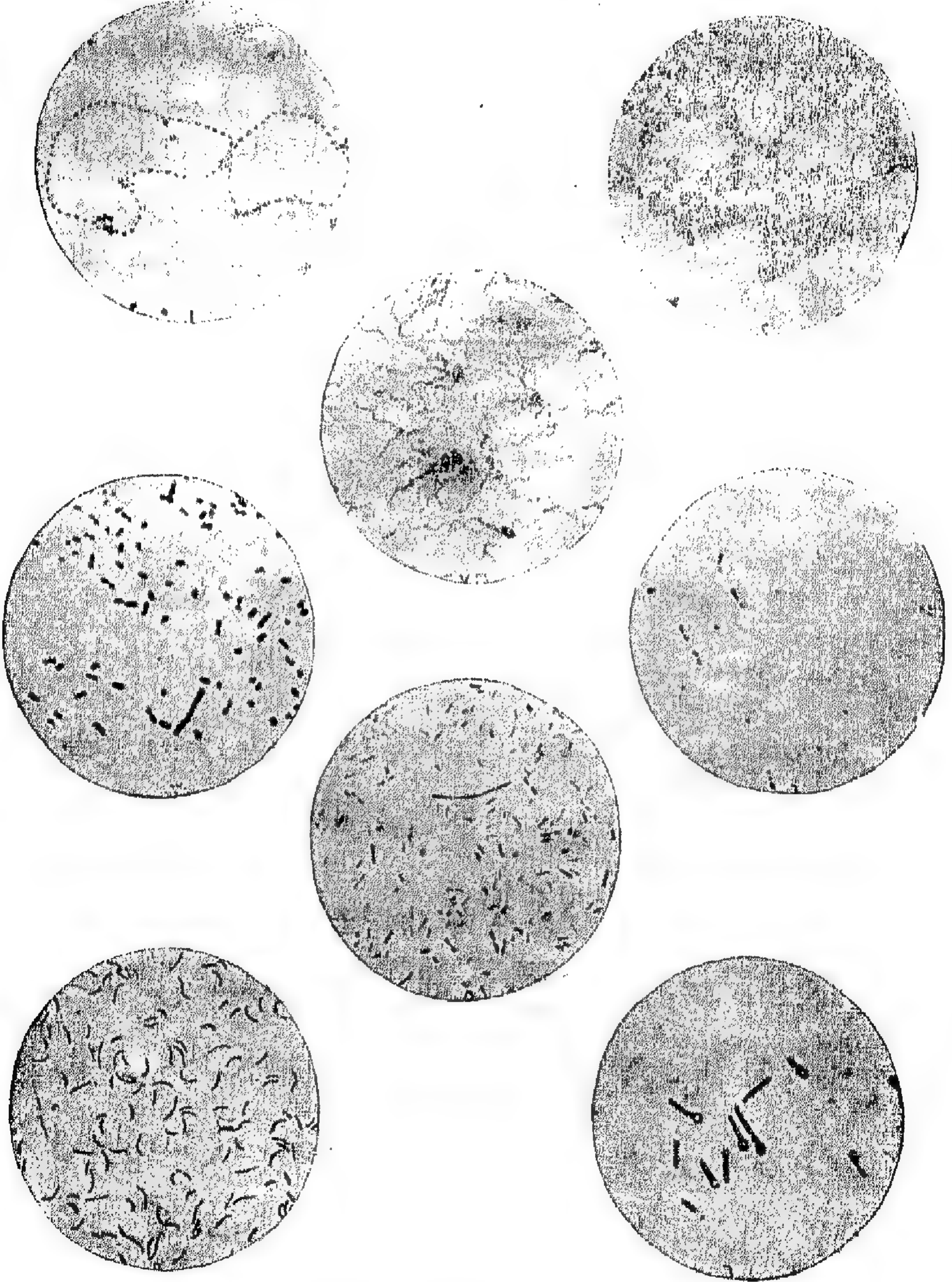
## الباب الخامس

---

الامراض المعدية وطرق الوقاية منها واسعافها بالعلاج

أنواع هذه الامراض كثيرة تصيب الانسان بتأثير ميكروبات  
مخصوصة وتنقل من شخص لآخر بالعدوى وفي بعض الاحيان  
تنتشر بسرعة انتشارا وبائيا ولذا تسمى أيضا بالامراض الوبائية  
ويكون انتشارها في الغالب بين الذين يهملون مراعاة القواعد الصحية .  
ولنذكر أشهر هذه الامراض وطرق الوقاية منها واسعافها بالعلاج  
وغير ذلك من الضرورات الواجبة للتنبيه اليها

شكل (٣١) اشكال بعض أنواع ميكروبات الامراض المعدية



انظر تفسير هذه الاشكال في الصحيفة التالية



\* (١) ميكروب الحمرة وهو كروي منتظم كالمقد (٢) ميكروب الصديد  
وسمى بالميكروب المنقودي لاجتماعه كالعناقيد (٣) ميكروب الطاعون وهو  
عصوي قصير (٤) ميكروب ذات الرئة وهو كروي ويضاي (٥) ميكروب  
الكوليرا وهو هلالى الشكل (٦) ميكروب التيتانوس وهو مدقي الشكل (٧)  
هو ميكروب التيفويد مكبراً وقد أحاطت به خيوط دقيقة (٨) ميكروب  
التيفويد وهو عصي دقيقة

### الكوليرا

مرض وبائي يصل ميكروبه أي جرثومته للجسم بواسطة المياه  
والمأكولات ولا تنتقل العدوى به بواسطة الهواء بل بواسطة براز المصابين  
والقيء وميكروبه ينمو ويتضاعف في الأقمشة المبلولة وهذا ما ينشر  
العدوى بالملابس الملوثة بالمواد البرازية أو مواد قيء المصابين  
وانتقالها بها كما يتضاعف وينمو في المأكولات كاللبن والبيض والمرق  
والبطاطس المسلوق والخبز واللحوم وكافة الخضروات والشكولاته  
والأشربة المسكرة والمرببات وكذا على سطح الأرض الرطبة ويعيش  
في البراز مدة ٢٤ ساعة من ساعة التبرز ويعيش في البرودة إلى ما تحت  
الصفر ولكن بدون حركة ثم ينمو بارتفاع الحرارة ويعلم من ذلك  
أن البرد يضعفه والحرارة تقويه كسائر المخلوقات الحيوانية والنباتية



واذا دخل ميكروب هذا المرض في البنية بواسطة الماء أو  
المأكولات تمضي مدة من الزمن قبل ظهور أعراضه المرضية  
ويسمى هذا الزمن بدور التفريخ وتختلف مدته من ثلاث إلى خمسة  
أيام وفي هذا الزمن لا يحس المصاب بشيء ثم تظهر الأعراض المرضية  
وتتقل منه العدوى بالبراز والقيء

### أعراض الكوليرا

يعرف هذا المرض في مدة انتشاره بتيروز وفي متكررين وظماً  
ونقص في البول واحتباس في الصوت وآلام شديدة بسماتي الساقين  
وتلون الجسم وخصوصاً الشفتين والالظافر بلون أزرق وغور في العين  
وانحطاط شديد في القوى وبرودة وقشعريرة وتكون مواد البراز سائلة  
شبيهة بسائل غسيل الارز

### الوسائل الصحية الوقائية

١ يجب على كل انسان ظهرت الاصابة في جواره أن يجتنب  
مخالطة المصاب ويسارع الى استدعاء الطبيب ليرشده الى  
ما يلزم من الوسائل لنجاة المريض وسلامة غيره من  
عدوى هذا الداء

- ٢ الاستحمام يومياً بماء طاهر أي مرشح مغلي (بعد تبريده)  
مع تجنب الاستحمام والوضوء والشرب من ماء النيل  
العكر تجنباً لما عسى أن يكون فيه من ميكروب الداء
- ٣ تقصير الثياب بحيث لا تصل سطح الأرض اتقاء لما  
يمكن أن يعلق بها من الميكروبات وخلع الأحذية وعدم  
الدخول بها في محال الملابس والاستقبال
- ٤ ترك شرب الخمر من أي نوع كان لأن شربه في بلادنا  
الحارة يضعف الجسم فيكون الإنسان عرضة للإصابة بهذا  
المرض
- ٥ تجنب السهر الطويل والتعرض للبرد والاعتدال في الأكل  
وعدم الإفراط فيه ويحسن اجتناب المصافحة باليد مع  
غسل اليدين قبل الطعام وبعده وقص الأظافر وتنظيف  
اليدين جيداً
- ٦ الامتناع من أكل الخضروات غير المطبوخة كالجرجير  
والفجل والأسماك البحرية الصدفية كأم الخلول والجنبري  
والأستريديا وبلح البحر ونحوها وكذا الفواكه غير  
الناضجة

٧ تطهير أطباق الاكل بوضع قليل من الكحول النقي بها  
واشعالها ان لم تغسل بماء مغلي وكذلك الملاعق والشوك  
والسكاكين ومنع الطهارة من مسح الاطباق بمناشفهم  
القدرة

٨ عدم أكل الخبز الا بعد تجميره على النار أو على لهب  
الكحول النقي والامتناع من التدخين أو التقليل منه لانه  
يضعف المعدة والقلب

٩ غلي مياه الشرب مدة الوباء بعد ترشيحها

١٠ تغطية الطعام عند وضعه على المائدة بمكبات من السلك  
لوقايتها من الذباب

١١ عدم أكل الزبدة المصنوعة في بلادنا أما الزبدة المحضرة  
من الخارج أي من بلاد غير موبوءة فلا بأس بأكلها  
وتوضع في دولاب (عملية) من السلك لوقايتها من الذباب  
وكذلك الجبن

١٢ منع الزائرين من أن يأتوا بشيء من الأطعمة لأقاربهم  
أو أصحابهم المصابين بهذا المرض . وتمنع الزيارات صومًا  
في مدة انتشار هذا المرض

١٣ تطهير المبال والمراحيض العادية كل يوم بلبن الجير  
والمراحيض ذوات السيافون تطهر بكلورور الجير

١٤ تقل جميع الاقدار والزباله مهما كان نوعها يوميا ولا يجوز  
تركها بالمحل والاماكن الرطبة تطهر بمحلول حمض الفينيك  
١٥ تبيض جميع الغرف القدره والمستعملة لخزن الأطعمة  
والملابس بلبن الجير ويكرر ذلك مراراً

( واجبات الطباخين ومساعدتهم والخدمة المعينين لتحضير الطعام  
أو تقديمه )

- ١ يجب اقامة هؤلاء الخدمة في المحل متى أمكن ذلك
- ٢ اعطائهم ملابس نظيفة كل يوم وفي آخر النهار توضع هذه  
الملابس في محلول السليمانى بنسبة ١ : ١٠٠ مدة ساعتين  
وتنشر لتجفيفها بحرارة الشمس
- ٣ تخصيص غرفة لهم لتغيير الملابس التي يعطونها من المحل  
وتحفظ ملابسهم الشخصية في دواليب تعد لذلك داخل  
هذه الغرفة

٤ لا يجوز لهم لأي سبب من الاسباب أن يضعوا ملابسهم  
في المطبخ أو المحل المعد لغسل الأواني



٥ على كل من الطباخين والخدمة المذكورين بعد تبديل  
ملابسهم أن يطهروا أيديهم بمحلول الساياني بنسبة ١:١٠٠  
بمحضور شخص يكون مسئولاً عن ذلك

٦ يجب تجنب الوباء والخوف بقدر الامكان فان خطر  
العدوى بهذا المرض ليس عظيماً متى كان الانسان متمسكاً  
بالشروط الصحية المذكورة

ثم ان تركيب طبقة الأرض له دخل في انتشار هذا المرض  
فكلما كانت الطبقات السطحية للأرض ذات مسام كثيرة كان  
الوباء أشد وبالعكس . وعند حصول الإصابة توجد ادوية مفيدة  
توقف نمو ميكروبه بل تميته كمحلول الشب بنسبة ١:١٠٠ وعطر التنعاع  
الفلاني ١:١٠٠ أو حمض الليمون ١:١٠٠ أو حمض اللبنيك ١:١٠٠

والحرارة تميته فالملابس الملوثة بالماء المحتوية على ميكروبات  
هذا المرض اذا جفنت في الحرارة الكافية وبمحتت فيما بعد بمحلول  
ميكروسكوبيا لا يوجد بها ميكروب هذا المرض

## المطهرات التي ينبغي استعمالها ومقاديرها

محلول السليمانبي ١ على ٢٠٠٠ من الماء { لغسل اليدين  
حمض الفينيك النقي ٣ على ١٠٠ من الماء

( تنبيه ) هذان المطهران من السعوم ولهذا يجب وضعهما في  
مكان مأمون لا يتيسر للاطفال القرب منه

كلورور الحير ١٠ على ١٠٠ من الماء { لتطهير المراحيض  
لبن الجير ٣٠ من الجير النقي على ١٠٠ من الماء

ويجب تحريك لبن الجير جيداً قبل استعماله

## الاسعافات الوقتية

تتصرف تلك الاسعافات في مقاومة ثلاثة أعراض مهمة وهي  
القيء . والاسهال . وبرودة الجسم . فيقاوم القيء بتعاطي شراب الليمون  
المثلج . أو منقوع النعناع المثلج المحلى بالسكر . أو شراب حمض  
الفينيك كالمشروب الآتي

حمض اللبنيك من ١٠ الى ١٥ جرام

» ٩٠ شراب السكر

» ٢٠ كؤولات الليمون أو النعناع

» ١٠٠٠ ماء مغلي

يؤخذ منه كل ساعة فنجال

الاسهال — تستعمل له حقن شرجية من محلول الشب من ١٠

الى ١٥ جرام في الالف تذاب في ماء مغلي ثلاث مرات في اليوم

والحقن بماء البحر بمعرفة الطبيب (Serum Artificiel)

برودة الجسم — يدلك عموم الجسم بقطع من الصوف بعد

غمسها في روح الكافور وتوضع جملة زجاجات مملوءة ماء ساخناً حول

الجسم بعد لفها بالقماش وتثبيت سداداتها جيداً ثم يستدعى الطبيب

في الحال لاجراء الوسائط الصحية اللازمة وتتميم العلاج حسبما تستدعيه

حالة الاعراض

( تنبيه ) يلزم أن تكون الاسعافات المذكورة بمعرفة ممرض

مخصوص أو شخص آخر له الملم تام بالوسائط الصحية الواقية المذكورة

وعند حضور الطبيب يتخذ الاجراءات الصحية الباقية مثل عزل

المصاب وتطهير محله وفراشه وملبوساته وباقي الاجراءات المقررة بأوامر  
الصحة العمومية الواجب على كل فرد اتباعها بدون معارضة ليأمن  
عدوى هذا المرض

### الطاعون

هذا المرض مضى على وجوده عدة سنين بمصر ولولا الاحتياطات  
الصحية المتخذة من ادارة الصحة العمومية رغماً عن مقاومة الاهالي  
واخفائهم المرضى لانتشر هذا المرض انتشاراً وبائياً وعم جميع  
القرى كما كان في الزمن السابق حيث كان الطاعون يفتك بالاهالي  
فتكاً ذريعاً لعدم معرفتهم الوسائط الصحية المستعملة الآن

وهذا المرض تنتقل عدواه بواسطة أمتعة المرضى والبضائع الملوثة  
بجراثيمه وأهم عوامل انتشار العدوى بهذا المرض (الفيضان والجردان)  
لأنها تعيش بين الامتعة وبين جثث المتوفين ثم تنقل المرض الى  
الاصحاء بواسطة الاغذية والبضائع وكذا البراغيث التي تنتقل من  
الفيضان والجردان المصابة الى الانسان من أهم أسباب العدوى  
والبراغوث الذي ينقل العدوى يسمى *Rulex chéspis* ويعيش على  
الفيضان والجردان وينقل العدوى منهم الى الانسان



وعند وصول الفيران والجُرذَانِ المَطْمُونَةِ لحالة التزعْثُ تركها  
البراغيث وتنتقل لغيرها وتموت اذا انتقلت لحيوان آخر ولا تعيش  
الا على جسم الانسان ولذلك نرى من الضروري مقاومة الفيران  
والجُرذَانِ بقتلها واحراقها في زمن وجود هذا المرض

علامات هذا المرض — يبتدىء المرض بحمى قد تصل الى ٤٠ درجة  
والآلام في اُرسٍ وانحطاط في القوة ثم يظهر ورم بالجزء العلوي الانسي  
للنخذه اليمنى أو اليسرى أو تحت الفك السفلي أو بالجزء العلوي الانسي  
للعضد اليمنى أو اليسرى

وهذا الورم يزداد حجمه ويحمر لون الجلد ويتألم المريض  
بالضغط عليه ويسمى في هذه الحالة بالطاعون الدملي

أما الشكل الثاني المسمى بالطاعون الرئوي فهو خطر جداً وسريع  
العدوى وأعراضه الحمى والسعال الشديد المصحوب ببصاق دموي  
وتنتقل عدواه ( بالنفث ) ويموت ٩٥ في المئة من الذين يصابون به  
أما الطاعون المعدي أي الدملي فلا ينتقل ( بالنفث ) ولا بالطعام ونحو  
ذلك من وسائل العدوى بل ينتقل بالبراغيث فانه يتولد في الجرذان  
كما تقدم ومتى أصيب به الجرذ كثر ميكروبه في جسمه وصار في  
كل نقطة من دمه الوف الالوف فان البراغيث تعيش في بدنه

بامتصاص دمه المحتوي على الميكروبات المذكورة وينقل الجرذان أخرى  
فينقل اليها عدوى الطاعون وهكذا الى أن تموت الجرذان فلا تجد  
البراغيث بعد ذلك حيواناً آخر تعيش من دمه فتهاجم الانسان  
وتنقل اليه العدوى

والجرذان التي تسكن البيوت هي منشأ الخوف خصوصاً جرذان  
المراحض والاسراب ولونها رمادي ومنها ما لونه أسود ويتميز  
بطول ذنبه واتساع أذنيه وإقامته في البيوت ويوجد غالباً في البيوت  
المبنية بالطوب (اللين) وبين ألواح السقوف وتحت الصناديق وأكثر  
انتشار الطاعون يكون به . والبراغيث هي الصلة بينه وبين الانسان  
وثلاث أنواع منها كثيرة الوجود في الجرذان (انظر شكل ٣٢)

برغوث الفار ولكنه لا يلدغ الانسان وبرغوث الجرذ الاوربي وهو  
لا يلدغه الا اذا جاع يومين أو ثلاثة وبرغوث الجرذ الهندي وهو يعيش  
من دم الجرذ ومن دم الانسان وهو قليل التنقل فإذا وصل الى سفينة  
انتقل منها الى حيث تنتقل فتنتقل معه العدوى ( انظر شكل ٣٣  
صحيفة ١٩٢ )

شكل (٣٢)



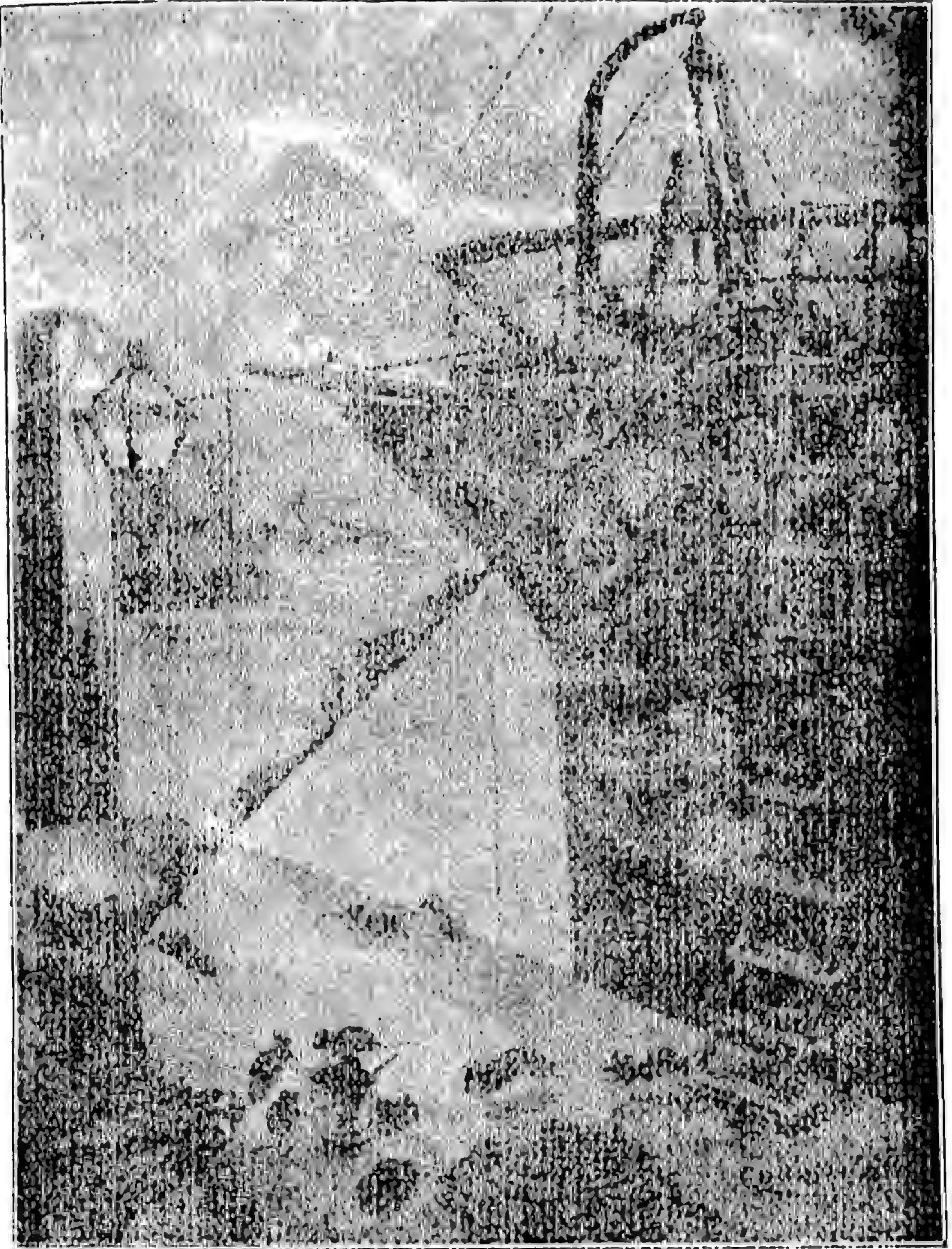
برغوث الجرذ الهندي

برغوث الفار

برغوث الجرذ الاوربي

وقالما يوجد جرذ مطعون الا وفي بدنه عشرون أو ثلاثون  
برغوثاً وقد وجدوا في جرذ مطعون مائة برغوث وفي بيت واحد في  
قرية من قرى الهند ثلثمائة جرذ فاذا كان في كل منها ثلاثون برغوثاً  
فقط كان في ذلك البيت تسعة آلاف برغوث ينقل كل واحد منها  
عدوى الطاعون الى السكان





\* سفينة من سفن الهند وصلت الى بلاد الانكبايز والجرذان تنزل منها كائنها من البحارة والركاب



الوسائط الواقية — أهم ما يجب عمله مدة وجود هذا المرض عزل المريض عن الاصحاء وتطهير المنازل بالطرق المنوّه عنها في الأوامر الصحية وصيد الفيران والجُرذَان بالمصائد المخصوصة واحراقها وسد الشقوق التي تختفي فيها وصب حمض الفينيك فيها فائتها وسائط مفيدة جدًا في تلاشي هذا المرض .

الاسعافات العلاجية — يلزم في هذا المرض الحمية الشديدة ووضع مكدمات مثلجة على الورم الذي يظهر كما قدمنا وانتداب الطبيب فوراً لمداكمة الاعراض حسبما يراه ويلزم ترك هذا الورم الى أن يتقيح ولا يعجل بفتحه لأن التقيح يميت ميكروب الطاعون

### الحمى التيفودية

مرض حمى عفن له ميكروب مخصوص يسمى باشلس ابرت  
(Bacille Eberthe)

علامات هذا المرض — يتبدى باعراض خفيفة وهي تعب عام وتكسر في الاطراف وصداع وفقد الشهية وغثيان ثم تزداد

الحرارة ويجف اللسان ويحمر وينقص البول . وإذا ضغط على الجانب الايمن من أسفل البطن تحصل قراقر عند الجس ويشعر المريض بشيء من الألم ويمكن هذا المرض ثلاثة أسابيع عادة في الاحوال الخفيفة وتشتد اعراضه في الاسبوع الاول ولذا يسمى بدور الهجوم ثم تأخذ في الانحطاط في الاسبوع الثاني ويسمى بدور الانحطاط وفي الاسبوع الثالث يكون الجسم منحطاً جداً ويسمى بدور النقاة وقد يعترى المصاب في الاسبوع الاول هذيان ينتج من شدة الاعراض يستمر الى نصف الاسبوع الثاني ومن اعراض هذا المرض الثقيلة الاصابة بالرعاف والنزيف المعوي

وفي بعض الأحوال الثقيلة لهذا المرض تستمر الأعراض ٦ أسابيع الى ٣ أشهر والطبيب والدواء يعجزان عن شفاء المرض أو إيقافه . ولكن الاعتناء وحسن التمريض ربما يحفظان الحياة والاهمال ومخالفة أوامر الطبيب تكون نتيجةهما ازدياد الخطر لان الاتكاس سهل جداً في هذا المرض على ان في وسع ربة المنزل ان تريح المريض وتساعده على نيل الشفاء العاجل بالوسائل الصحية الآتية وليعلم أنه مهما اشتدت اعراض هذا المرض فلا يأس من الشفاء لانه مهما اشتدت اعراضه وظهر الخطر العظيم فانها قد تزول ويبرأ المريض

الوسائط الصحية والعلاجية هي :

- ١ أن يوضع المريض في غرفة خاصة به بها المناور الكافية للضوء مفتوحة على الدوام لتجديد الهواء ويمنع عنه الاصوات المزعجة وتترك ملابسه ويدلك جسمه بالكحول أو روح الكافور
- ٢ أن تخفف آلام الرأس بقص الشعر ووضع الثلج داخل كيس على الرأس أو الماء البارد
- ٣ يتلقى البراز في وعاء ( قصرية ) بغطاء ويوضع فيها جزء من حمض الفينيك ويطرح ما فيها داخل المراض أولاً بأول مع غسل القصرية بمحلول حمض الفينيك
- ٤ أن لا يعطي المريض إلا اللبن ممزوجاً بماء الجير بمقدار الربع منه وثلاثة أرباع من اللبن الحليب أو لبن الزبادي وإذا اشتدت الحمى يمسح الجسم بالماء البارد كل ساعة الى أن تهبط الحرارة
- ٥ أن تجعل حرارة غرفة المريض على درجة ١٧ سنتيجراد
- ٦ أن يحافظ على نظافة الفراش بنائية ما يمكن وذلك بنقل

المريض من فراش الى آخر كل يوم بحيث يزال الفراش  
المبتل ويبدل بفراش وملاآت نظيفة

٧ أن يمنع دخول الزائرين ولا يكون في الغرفة الا ممرض  
أو اثنان يتناوبان التمريض

٨ أن لا يترك المريض وحده لثلا يقوم من الفراش في حالة  
غير اعتيادية فيضر نفسه

٩ أن تغسل أيدي الممرضات بالمطهرات أولاً بأول ويكرر ذلك  
بعد ملامستهم لأواني البراز مراراً كثيرة ولا سيما قبل  
تناول الطعام منعاً لما يحصل من العدوى

١٠ معالجة المرض منوطة بالطبيب فقط وعلى ربة المنزل  
والممرضة تنفيذ أوامر الطبيب جميعها. وإذا كانت أهل  
المريض لا يثقون به لزمهم أن يدلوه بآخر الا اذا كان  
هو القائم بمعالجة المريض فيجب التسليم التام له لان  
الطبيب لا يقدر أن يقصر ميعاد أدوار هذا المرض  
يوماً واحداً

١١ أن يكون سرير المريض بعيداً عن الحائط لان ذلك أنفع  
للصحة وأسهل على المريض والممرضة اذ يتيسر لها



الوصول اليه من كل جهة ويجب أن تكون غرفة المريض خالية من الاثاثات الكثيرة فيلزم اخراج نحو السجاجيد والستائر وكل ما يمكن الاستغناء عنه

١٢ أن توضع الادوات الخاصة بالمريض مثل القصيرية والمبولة في دولاب مخصوص بجانب المريض

١٣ أن يحترس جداً من اعطاء المصاب بهذا المرض شيئاً من الأغذية غير ما يأمر به الطبيب المعالج لأن مخالفة ذلك مضرّة بصحة المريض بل قد تسبب له الموت فلا يجوز أن يعطى المريض قليلاً من الخبز أو البسكويت مثلاً لئلا ينشأ عن ذلك تعب الامعاء ويحدث بها زيادة التفرح الذي قد يكون سبباً لموت المريض

١٤ كل شخص حدثت اصابته في بيته بهذا المرض يجب عليه انتداب الطبيب في الحال ليأمر بما يراه ولكي بواسطته تبلغ الادارة الصحية لتتخذ الاجراءات اللازمة ويعمل له الحقن بالمصل ضد هذا المرض بمعرفة الطبيب.

---

## الحُمى التيفوسية

مرض حمى عفن ينتقل من شخص الى آخر بالعدوى  
علامات هذا المرض — انحطاط في الجسم وارتفاع درجة الحرارة  
الى ٤٠ وجفاف الشفتين وتنطية اللسان بطبقة سوداء وفي اليوم  
الرابع أو الخامس يظهر على البطن والصدر طفح لونه أحمر قائم على  
هيئة بقع مختلفة الحجم من نقطة الى ثلاث أو أربع وتنحف الحمى  
والحرارة في اليوم السابع ثم تزداد بعد ذلك وفي بعض الاحوال  
قد يصحبها الهذيان الدائم ونزيف من الأنف أو الامعاء ومدة هذا  
المرض ثلاثة أسابيع تقريبا

العلاج — علاج هذا المرض كعلاج الحمى التيفودية وتبع فيه  
جميع الشروط الصحية المتبعة فيها

## الحُمى الراجعة

مرض معدٍ يعرف بالآلام في الاطراف والرأس والظهر وانحطاط  
في القوى وارتفاع في درجة الحرارة قد يصل الى ٤٠ سنتيجراد وقد  
يصاحبها ضخامة في الكبد والطحال ويكون اللسان مغطى بطبقة صفراء

ثم يجهف ويسود في مركزه ويندر حصول الهذيان وتتنازل أعراضه بين اليوم الخامس والسابع وتنتهي بعرق غزير واسهال في بعض الأحيان أو نزيف من الأنف أو من الأمعاء ثم ينظف اللسان وتعود شهوة الطعام . ثم بعد أسبوع تعود الحمى وينتكس المريض ويدوم الانتكاس من يومين إلى خمسة وربما انتكس مرتين أو ثلاثة الوسائط الوقائية والعلاجية — عزل المريض عن الأصحاء واتباع الشروط الصحية المذكورة في الحمى التيفودية

### حمى الدنج

( المعروف عند العامة بأبي الركب وبحمى البلح )

نوع من الحميات الوافدة المعدية وتصيب الكبار والصغار حتى الأطفال

ويعرف هذا المرض بالآلام في الظهر والمفاصل والركبتين وقد شبيهة الطعام وارتفاع درجة الحرارة ويظهر على الجلد طفح جلدي أحمر يشبه طفح الحصبة ثم تزول الحمى وتعود بعد يومين أو ثلاثة وهذا المرض من الأمراض التي لا بد أن تقطع أدوارها رغما من استعمال العلاج

المعالجة — قد يفيد فيها تعاطي مسهل ملحي مثل سلفات الصودا أو مياه معدنية مسهلة مثل فيلا كابرا (Villa Cabras) وفي مدة فترات الحمى يعطى الكينين بمقادير قليلة ويتبع فيها الشروط الصحية السابقة في الحميات المذكورة كزل المصابين عن الاصحاء وغير ذلك من الوسائط الصحية

### الالتهاب السحائي الحمي الشوكي

ويسمى بالحمى الدماغية النخاعية أو الحمى النقطية

مرض شديد الخطر ينتشر بحالة وبائية غالبا

العلامات — يتبدى هذا المرض بآلام في الرأس تمتد الى الجزء الخافي من العنق وعلى مسير العمود الفقري والحمى في مبدأ الاصابة لا تكون شديدة ويعتري المريض غشيان وقئ ويتألم من الضغط على المعدة والبطن وفي معظم الاحيان يعتريه هذيان بحيث لا يمكنه الاجابة عما يوجه اليه من الاسئلة ويكثر حصوله مدة الليل واذا لم يحصل الهذيان يكون المريض في حالة رعب وبقل سمعه ويضعف بصره وتنقبض عضلات العنق والظهر وعضلات أخرى من الذراعين والساقين ويكون اللسان عريضا مرتخيا ويتكون



على الشفتين والاسنان مادة وسخة سوداء ويظهر على سطح الجلد بقع في الصدر والبطن وأحيانا لا تظهر في الاحوال الخطرة وهذا المرض يصيب الاطفال كثيراً ويميتهم في الغالب

الوسائط العلاجية — عزل المصابين عن الاصحاء واستعمال الحمامات الساخنة والحقن تحت الجلد بمصل مخصوص يسمى (Sérum Antiméningococcique) بمعرفة الطبيب.

### الجدري

هو مرض معدٍ وبائي ينتقل بالعدوى بسهولة ويصيب أي انسان مهما كانت سنه أو نوعه وينتقل من المصاب الى السليم في دور النقشر وان أصيب به شخص مرة فقد يصاب به مرة أخرى ولكن هذا نادر وميكروبه مجهول للآن

علامات هذا المرض — لهذا المرض أربعة أدوار — الدور الاول . يعترى المصاب فيه قشعريرة متكررة وارتفاع في الحرارة قد تصل الى ٤٠ درجة وآلام في الرأس والظهر وفي مدة يومين تقريباً . الدور الثاني علاماته ظهور حبيبات صغيرة حمراء على سطح الجلد في الوجه واليدين والرأس والصدر والبطن والاطراف

وهي اما أن تكون خفيفة أو ثقيلة . الدور الثالث تنقيح تلك البثرات وترتفع الحمى وقد تمتد تلك البثرات للحلق والحنجرة والدور الرابع . تجف فيه البثرات وتنقشر

الوسائط الصحية الواقية — أهم طريقة للوقاية من الجدري التلقيح بالمادة الجدريية البقرية في كل سبع سنوات لان التطعيم بالمادة الجدريية البقرية مرة واحدة لا يكفي لحفظ الجسم من الاصابة بالجدري الطبيعي . وفي زمن انتشار هذا المرض يلزم أن يكون التطعيم عاما للصغير والكبير والذكور والاناث بدون مراعاة الزمن الذي مضى بعد التلقيح لان تكرار التلقيح بالمادة الجدريية البقرية يكون الانسان معه مطمئنا آمنا من الاصابة بهذا المرض الثقيل المشوه للخلقة . ومن الوسائط الواقية عزل المريض عن السليم وتطهير منزله واتباع الأوامر الصحية بتامها

التلقيح بالمادة الجدريية البقرية — راجع صحيفة ٢١٤ من تأليفنا الاسعافات الطبية الجراحية والباطنية وصحيفة ١٤٣ من هذا الكتاب الاسعافات الطبية — هي وضع المريض في مكان مخصوص ذي حرارة معتدلة ويلزم أن تكون ملابسه من الاقمشة الخمراء وان كان من الاغنياء تكون ستائر غرفته من القماش الاحمر وكذا التاموسية

وقد أشار الأقدمون بوضع ساتر على الوجه والأجزاء المكشوفة من الجسم لوقايتها من الضوء الذي ينمو به ميكروب هذا المرض فيضعف تأثيره كوضعهم الصفائح المعدنية المعروفة عند العوام بالبهرجان على الوجه . وذلك لأن من وضعت لهم هذه الصفائح يكون بوجوههم أثر الالتحام الجذري خفيفا جداً غير ظاهر تقريباً بخلاف غيرهم فيكون أثر الالتحام فيه ظاهراً جداً مشوهاً للوجه . ومن البراهين على ذلك أن المصابين بالجذري يكون فيهم أثر الالتحام واضحاً في الأعضاء المعرضة للضوء كالوجه واليدين . وباقي الأعضاء المغطاة بالملابس يكون أثر الالتحام فيها خفيفاً جداً يكاد لا يكون له أثر

ومن الاسعافات الطبية وضع قطرة في العين من محلول حمض البوريك لوقاية العين من بثرات الجذري ومداركة كل عرض يطرأ على المريض بما يلزم من العلاج كاصابته بالنزلة الشعبية بما يترأى للطبيب

### الجدري

مرض خفيف الوطأة وعلاماته حمى خفيفة وظهور بثور على الصدر والكتفين وهذه البثور تزول سريعاً بميكروب هذا المرض معدٍ جداً

الامعافات الطبية — ابقاء الأطفال في الفراش واعطاؤهم طعاماً خفيفاً وملاحظة امعائهم واتباع الاجراءات الصحية السابق ذكرها في مرض الجدري واتتداب الطبيب ليأمر بما يراه

### الحصبة

مرض حمى طفحي كثير الانتشار في الأطفال من سن ثلاث الى عشر سنوات ولا يصاب به الانسان عادة الا مرة واحدة غالباً وتندر اصابته به مرة أخرى

علامات هذا المرض — حصول حمى شديدة قد تصل الى ٤٠ درجة واحمرار العين وكثرة دمعا وعطاس مستمر ويعقب ذلك ظهور طفح أحمر خاص بهذا المرض في الوجه والصدر والبطن والاطراف ثم ينطفئ بدون أن يتقيح ومن مضاعفات هذا المرض السعال ( التهاب شعبي ) قد يمتد الى الرئة في بعض الاحيان



الوسائط الصحية الواقية والعلاجية — عزل المصابين وتطهير  
أمتعتهم ومنازلهم كسائر الامراض المعدية واتباع كافة التعليمات  
الصحية

الاسعافات الطبية — وضع المصاب في مائل معتدل وحجبه عن  
الضوء وجعل ملابسه من القماش الأحمر كما ذكرنا في المصابين  
بالجدري . والحكمة في ذلك انه قد ثبت الآن ان اللون الأحمر  
أحد ألوان الطيف لا ينفذ في الأقمشة الحمراء وبسبب عدم نفوذه  
يضعف ميكروب هذا المرض الذي يقوى بتأثير هذا اللون اذا نفذ  
من الأقمشة الاخرى والفضل في ذلك للأقدمين الذين أرشدوا الى  
ذلك . وغسل الأعين بمحلول مطهر كمحلول حمض البوريك أو  
وضع الكحل المعروف لحفظ شعر الأهداب من السقوط وتقذية  
المرضى بأغذية لبنية في مدة الحى واستعمال المنقوعات المنقشة كمنقوع  
الينفسج أو زهر الخطمية محلاة بالسكر مع معالجة المضاعفات بما  
يلزم من العلاج الذي يأمر به الطبيب

---

## القرمزية

مرض حمى معدية وله ميكروب مخصوص ككسائر الأمراض  
المعدية يصيب الاطفال والشباب والبالغين

علامات هذا المرض — حمى تصل الى ٤٠ درجة في بعض الأحيان  
وتلون الجلد بلون محمر في الفخذين والساقين وبعض لطف حمر  
عريضة بالبطن وتعمر في الازدراد وظهور لطف يضاء على اللوزتين  
والثة والشفتين في بعض الأحيان وهذه اللطف تكون شبيهة بعلامات  
الدفتريا حتى يخيل للرأي ان المريض مصاب بها

الوسائط الصحية الواقية — العزل والتطهير كسائر الأمراض  
المعدية الاخرى وخصوصاً في المدارس والكتائب

الاسعافات الوقية — عزل المصاب في مكان مفرد واناطة تمرضه  
بمرض مخصوص به كباقي الأمراض المعدية الاخرى واعطاؤه  
مسحلاً خفيفاً من المانيزيا أو زيت الخروع ووضع لبخ على العنق من  
بزر الكتان وغرغرة من عصير الليمون وانتداب الطبيب لمعالجته  
بما يراه كاللقن بالمصل المضاد للعفونة Surum antistroptococcique

### الدفتريا

مرض حمي عفن له ميكروب مخصوص ويصيب الانسان مهما كانت سنه وتكثر اصابته للاطفال وقد يشترك ميكروب آخر عفن مع ميكروب الدفتريا فيزيد خطر المرض

الوسائط الصحية الوقاية — العزل والتطهير كسائر الامراض الاخرى العفنة وكافة التعليمات الصحية

علامات هذا المرض — اصابة الطفل بحمى وعسر الازدراد وظهور نقط بيضا في اللوزتين والجزء الخلفي من الحلق وتزداد هذه النقط وتختلط ببعضها وتكون غشاء كاذبا يغطي اللوزتين تقريبا والجهة الخلفية من الحلق وتحتقن العقد تحت الفك ويكون الصوت أنفيا ( صوت الاخنف ) واحتواء البول على زلال

الاسعافات الطبية — مس الحلق بعصير الليمون كل ساعة ووضع لبخ من بزر الكتان على العنق كل ثلاث ساعات مرة والحقن بالمصل ضد الدفتريا Serum anti Dephterique

المقدار الشافي من ٤٠٠٠ وحده

المقدار الواقى من ١٠٠٠ وحده

بمعرفة الطبيب الذي يجب استدعاؤه في الحال

## الحمرة

مرض جلدي عفـى معدله ميكروب مخصوص يسمى  
(ستربتوكوك) وينتقل هذا المرض من المصاب الى السليم اذا كان  
في جلد السليم جرح كما أنه يصيب المصابين بجروح بواسطة أدوات  
الغيار غير المعقمة

الوسائط الصحية الواقية — نظافة الجروح مهما كانت ولا  
يستعمل لها سوى الغيارات المعقمة حفظا لها من ميكروب الحمرة  
وميكروب التيتانوس

علامات هذا المرض — الاحساس بقشعريرة وحمى شديدة قد  
تصل الى درجة ٤٠ مع قيء متواتر وآلام شديدة في الرأس وأكلان في  
الجلد ثم ظهور طفح أحمر على سطح الجلد بشكل حبوب صغيرة تفرز  
سائلا مصليا ذا لون أصفر وقد يمتد هذا الطفح الى جزء عظيم من  
سطح الجلد وقد لا يتعدى هذا المرض الوجه والرأس فينتفخ الوجه  
وتظهر به الحبوب المذكورة

الاسعافات الطبية — استعمال مكدرات فائرة من محلول حمض  
الفينيك ٣ في المائة على الجزء المصاب أو محلول تحت خلاص الرصاص



بمقدار خمسة في الالف ومسهل من سلفات الصودا والحقن تحت الجلد  
بمصل ضد العفونة يسمى Serum Antistreptococcique مع عزل  
المصاب واتخاذ الطرق الصحية المتبعة في سائر الامراض العفنة السابقة  
وينتدب الطبيب ليعمل بما يراه حسب الاعراض

### الجمرة الخبيثة

مرض معدٍ يصيب الحيوانات والانسان وذكر عنه في الجزء  
الثاني من التوراة في السورة التاسعة والآية العاشرة أنه الطاعون  
السادس في مصر وفي الجزء الثالث من التوراة أن تقل العدوى في  
هذا المرض ممكن بواسطة الملابس ووصفه هويروس (Howerus)  
بالوباء الذي أفتى عددا عظيما من الناس والحيوانات

وسماه أطباء العرب بالنار الفارسية وفي سنة ١٨٥٥ اكتشف  
بولندر الالماني (Pollendér) جرثومة هذا المرض في الثيران وهو  
يصيب جميع الحيوانات كالبحر والغنم والماعز والخيل والبقال والحمر  
والجمال ويصيب من الطيور القراخ والاوز والحمام فقط والاسماك  
والضفادع تقبل العدوى أيضا

واكثر الناس اصابة به من لهم علاقة بالحيوانات مثل الجزارين  
والدباغين والاطباء البيطرية والمزارعين وكلافي المواشي

علامات المرض في الانسان — اضطراب عام في الجسم وحمى  
وعرق وظهور دُمْل كبير صلب شديد الالم لونه أحمر قائم مجلسه  
العنق أو الظهر أو الاليتان ثم يتقيح وتنفخ الأنسجة تحته وقد يكون  
مجلس الجمة في الامعاء بسبب أكل لحوم بعض الحيوانات المصابة به  
ومدة تفريخ هذا المرض يومان أو ثلاثة

علامات المرض في الثيران — حمى ومسرعة في النبض واحتقان  
في الأغشية المخاطية للغم والانف وتدمع ووقوف الشعر وقلة الغذاء  
والاجترار وانتفاخ البطن وتدم البول وتظهر الجمرات وتنتشر في  
جميع الجسم كالرأس والصدر والبطن والثدي ولونها إما أن يكون  
أزرق مسودا أو أحمر غامقا وتنتشر في اللسان أيضا وفي الحلق  
ويتعذر الازدراد

الوسائط الصحية الواقية — يستعمل الحقن بمصل مخصوص  
ضد الانتراكس أي الجمة بمعرفة الطبيب وكى الجمرات بالحديد  
المحمي وغسلها بالمطهرات كحمض الفينيك أو الكريولين وعزل المريض  
عن الأصحاء وتطهير المنازل والاسطبلات واحراق المواشي بعد

موتها وتجهيف المستنقعات وتطهير الآبار ونظافة الغذاء والماء  
وابلاغ الادارة الصحية لتأمر بما تراه

### الحمى الصفراوية

مرض حمى وبائي في بعض ( الاحيان )

العلامات — يتبدى هذا المرض بقشعريرة وحمى ويتغطى  
اللسان بطبقة وسخة ويحدث عادة غثيان وقىء وألم في المعدة وآلام  
شديدة في الرأس واحمرار في العينين وتدمع وامساك ويحصل أحياناً  
هذيان في الاحوال انثقيلة وتستمر الحمى وأعراضها بضع ساعات  
أو يومين أو ثلاثة ثم تخط الأعراض ويصفر الجلد اصفراراً زائداً  
ومن أعراض هذا المرض الميزة له القىء الاسود الذي يحدث  
في جميع الاحوال سواء كانت خفيفة أو ثقيلة ومواد هذا القىء هي  
دم يصل الى المعدة ويتغير لونه بالمصارة المعدية ويحصل القىء بهذه  
الكيفية في الدور الاخير لهذا المرض وتكون مواد البراز كمواد القىء  
شبيهة بالقطران وكذلك البول يكون ملوناً أيضاً

ومن الغريب أن هذا المرض تكون الاصابة به خفيفة ثم يموت

المصاب بعته وربما كان ذلك حال أدائه أعماله الى ما قبل الوفاة  
يضع ساعات

المعالجة — يتبع في هذا المرض الوسائط الصحية المتبعة في  
الامراض الحمية العفنة السابق ذكرها وانتداب الطبيب ليأمر بما يراه

### الحمى المالطية

( وتعرف بحمى البحر الابيض المتوسط )

مرض حمى عفن كالمالاريا ولها مبكروب مخصوص وقيل انها  
تنتقل للانسان بواسطة ابن المعز

العلامات — انحطاط في الجسم وارتفاع درجة الحرارة ثم  
تحسن أعراضها وتعود وتستمر مع المصاب مدة من الزمن

الوسائط الوقاية والعلاجية — قيل ان هذا المرض أصيب به  
كثيرون ببور سعيد وتناقص جدا بذيح الممر المسبب لهذا المرض  
ويفيد في معالجته تعاطي كلور ايدرات الكينين حقنا في العضلات  
بمعرفة الطبيب



## الكلب

مرض يصيب الانسان بعدوى من حيوان مصاب به

وهذا المرض خاص بالحيوانات التي هي من فصيلة الكلب  
مثل الذئب . والثعلب . أما الحيوانات الاخرى مثل الخيل والحمير .  
والقروود . واليغال . والمعز . والغنم . وبعض الطيور مثل الدجاج .  
والحمام . والغزال . والفيرون . والارانب . والققط . فتصاب غالباً  
بعدوى من حيوانات أخرى مصابة به

وهذا المرض كان منتشرًا في جميع انحاء العالم من زمن ويكاد  
أن يعدم من بلاد الانجائز وذلك بطريق الاحتياط الذي سلكوه في  
مسئلة دخول الكلاب الاجنبية فانهم يحتنون على كل سائح أو غريب  
يدخل انجلترا ومعه كلب أن يبقى هذا الكلب تحت الحجر الصحي  
والملاحظة مدة ستة أشهر . وسبب هذا المرض عضه حيوان مصاب  
بهذا المرض ونفوذ لعابه من الجرح الى الدم الا انه لا يظهر في  
كل من يعض بل قد يسلم العضوض اما لان اللعاب يذهب في  
الثياب أو الشعر أو لسبب آخر . وزمن تفريخ هذا المرض أي الوقت  
الذي يمضي من ابتداء الاصابة لغاية ظهور الاعراض يكون ٢٥ يوما

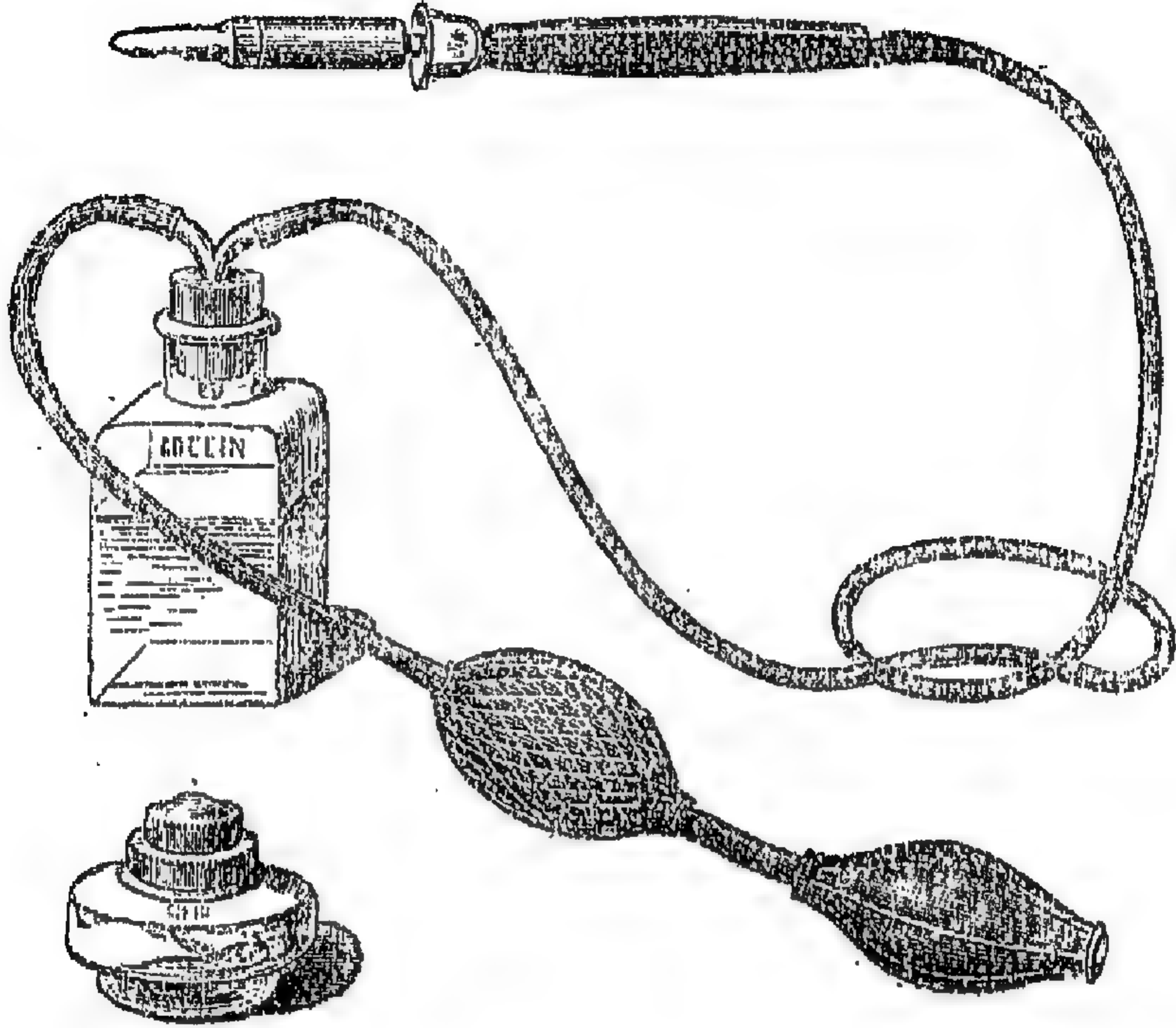
الى ٤٠ يوما وقد يمتد التفريخ الى سنتين ولكن هذا نادر وفي هذا الزمن لا يحس المريض بعوارض شديدة فقط بل بأكلان في الجرح ومتى تمت مدة التفريخ تظهر الاعراض الآتية

علامات المرض في الانسان المصاب بالكلب — ارتفاع درجة الحرارة وصعوبة في الازدرداد وضيق في التنفس وعسر في شرب الماء والخوف منه مع اشتداد الظمأ وبحة في الصوت وحصول نوب تشنجية اذا سمع المريض اسم الماء أو رآه على بعد ثم تزداد الاعراض حينئذ بشال في القلب ويموت المصاب

علامات مرض الكلب — فقد شهية الأكل واحمرار العينين وكثرة الدموع وأكل القش والورق وحك الانف بالحائط أو بأي جسم بارز وبحة الصوت ووقوف الشعر والمهجوم على الاولاد وغيرهم ممن كان يألفهم المريض من قبل وسيلان اللعاب من الفم وعدم الخوف من الماء كالمجنون ولعق الماء وخروجه من الفم بدون أن يبلعه

المعالجة — تطهير جرح الحيوان المصاب تطهيراً جيداً باحد المطهرات الكيماوية ثم كي الجرح حالاً بالحديد المحمي بالنار بواسطة الترموكتير بمعرفة الطبيب

شكل (٣٧) الترموكتيد



والحقن بالمصل ضد الكلب بمعرفة الطبيب الاختصاصي ويحتسب  
من تأخير علاج المصاب لانه بعد ظهور الأعراض عليه لا يفيد  
العلاج

الاحتياطات التي يجب اتخاذها في أحوال الكلب — راجع  
الامر العالي الصادر في ٢٢ يونيو سنة ١٩٠٥.

## الجُذام

مرض من أخبث الامراض يعيش من يصاب به مدة سنين في حالة قدرة مشوه الخلقة . وقيل ان عدوى هذا المرض تنتقل بواسطة البق

العلامات — يتبدئ هذا المرض بخدر في أطراف أصابع اليدين والقدمين ولعان في الجلد وتغير في السحنة ويضعف الحس في الوجه وأنامل الاصابع ثم بعد ذلك تظهر جملة تدرنات بالوجه وتقرح الاصابع فينبعث منها رائحة كريهة ثم تسقط أطرافها

الوسائل الوقاية - عزل المريض عن الاصحاء باستتاليات مخصوصة واستعمال المعالجة المقوية في ابتداء المرض كالتركبات الزرنيخية والحقن في العضلات بزيت شولجرا بمعرفة الطبيب

## السل الزئوي

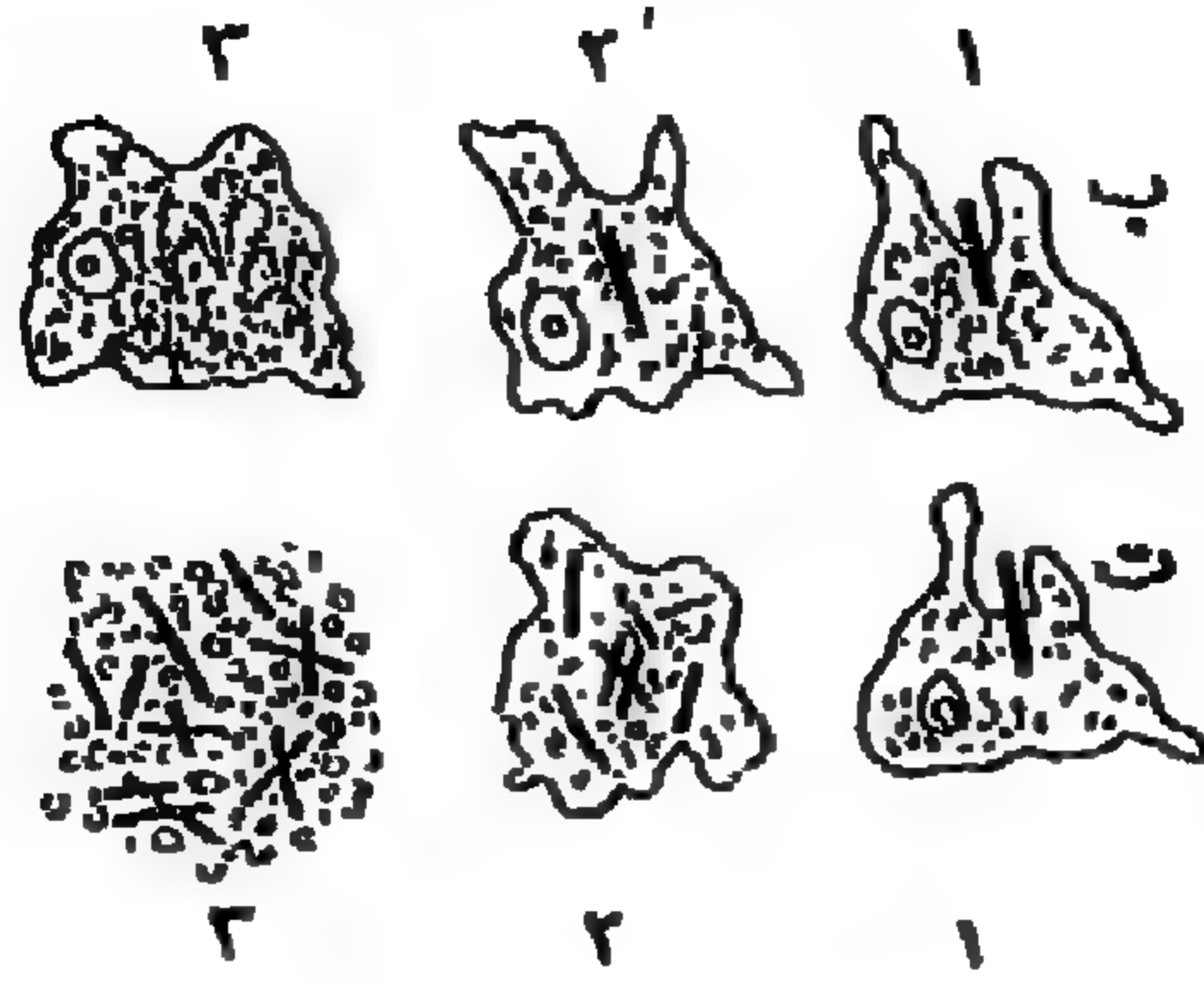
مرض معد له ميكروب مخصوص يسمى باشاس كوخ وينتقل بالعدوى من المريض الى السليم بواسطة البصاق وافرارات الفم والأنف ويكثر في البلاد الباردة وميكوبه على هيئة عصي طويلة



العلامات — لهذا المرض ثلاثة أدوار . ففي الدور الاول يصاب المريض بسعال جاف يكثر في الصباح وتعب سريع عند الحركة ثم يعقب ذلك نفث مادة مخاطية ربما خالطها قليل من الدم وسرعة في النبض وارتفاع الحرارة عند المساء وقد تستمر هذه الأعراض في هذا الدور عدة أسابيع أو شهور أو سنين . وفي الدور الثاني يبدئ السعال ويكثر النفث ويصفر لونه ويصير على هيئة كتل تطفو على سطح الماء تكون مخططة أحيانا بالدم وتستمر الحمى . وفي بعض الأحيان يحصل نزيف رئوي عقب السعال وعرق غزير وهنالك وضعف . وفي الدور الثالث تكون بورات أي كهوف في تجويف الرئة بها مواد قيحية واسهال وخفوت في الصوت

وعدوى هذا المرض بحسب الاستعداد الشخصي فتي كانت قوة الدفاع في الانسان متوفرة لا يتمكن منه المرض ويشفى منه كما في التفسير الآتي

شكل (٣٨) ميكروب السل في ستة أحوال \*



\* شكل ب يدل على وصول ميكروب السل الى جسم الانسان في شكل  
نمرة ١ من صف ب هيئة ابتداء وصول الميكروب الى جسم الانسان وفي نمرة ٢  
هيئة عراك الكرات البيضاء ومطاردتها للميكروب ونمرة ٣ يدل على قناء  
الميكروب بتغلب الكرات البيضاء عليه

وفي الصف الرموز له بحرف ت . . في نمرة ١ منه كيفية وصول الميكروب  
الى جسم الانسان وحصول الدفاعة من الكرات البيضاء وفي نمرة ٢ تغلب  
الميكروب على الكرات البيضاء واضعافها وفي نمرة ٣ انتشار الميكروب بشكل  
يدل على تمكن المرض في جسم الانسان بفناء الكرات البيضاء

يفتج من ذلك أن الاصابة بالسل ليست قاضية على حياة  
المريض اذ بقوة جسمه التي تبني عليها قوة الكرات البيضاء تغلب  
تلك الكرات على الميكروب وتبيده فيشفى المريض وحينئذ فلا ينبغي  
اليأس من الشفاء

الوسائط الصحية والمعالجة — هذا المرض كثيراً ما يكون  
وراثياً . وأهم ما يلزم الوالدين والأوصياء تربية أولادهم المعرضين لهذا

المرض على أتم ما يكون من القواعد الصحية السابق الكلام عليها  
فيجدون غذاءهم ويدثرونهم بالملابس الملائمة للفصول ويروضونهم  
ويجنبونهم الرطوبة وكل ما يخل بنظام المعيشة . والخلاصة ان هذا  
المرض تنحصر معالجته في الوسائط الآتية :

غذاء جيد . اقامة في جهات جافة . منزل صحي . ملابس  
نظيفة . راحة تامة . اجتناب كل ما يتعب الجسم . مداركة كل  
عرض يطرأ بما يلزم من العلاج بواسطة الطبيب  
والادوية المستعملة في هذا المرض كثيرة

ففي الدور الأول تستعمل المقويات مثل محلول كيار المحتوي على  
زيت السمك (Solution Kibler) والهيستوجينول (Histogenol)  
والمركبات الزرنيخية من الباطن أو حقناً تحت الجلد بمعرفة الطبيب  
وفي الدور الثاني يستعمل الكانايزين لتخفيف السعال (Katalysine)  
ويقاوم باقي الاعراض بما يترامى للطبيب كمقاومة الحمى باستعمال  
أقراص الكريوجينين والاسهال بتعاطي قشطة البزموت ومقادير  
الادوية المجهزة المذكورة مكتوبة على غلافاتها

## التهاب الغدة النكفية

( مرض معدٍ يصيب الاولاد والبالغين أحيانا )

علامات المرض — يتبدى بحمى خفيفة وورم صلب موزع في  
مقدم وأسفل الاذن يستمر نحو أربعة أو خمسة أيام ثم يزول بالتدريج  
ويندر أن يثقيح وقد يصيب الجهتين معا  
المعالجة والوسائط الصحية — عزل المريض عن الاصحاء  
خصوصا في محلات الاجتماعات كالمدارس واستعمال الدهان المحلل  
للورم ولبخ من بذر الكتان والمسيلات الخفيفة واقتداب الطبيب  
ليأمر بما يراه

## السعال الديكي

راجع صحيفة ١٥٣ من هذا الكتاب

## حمى النفاس

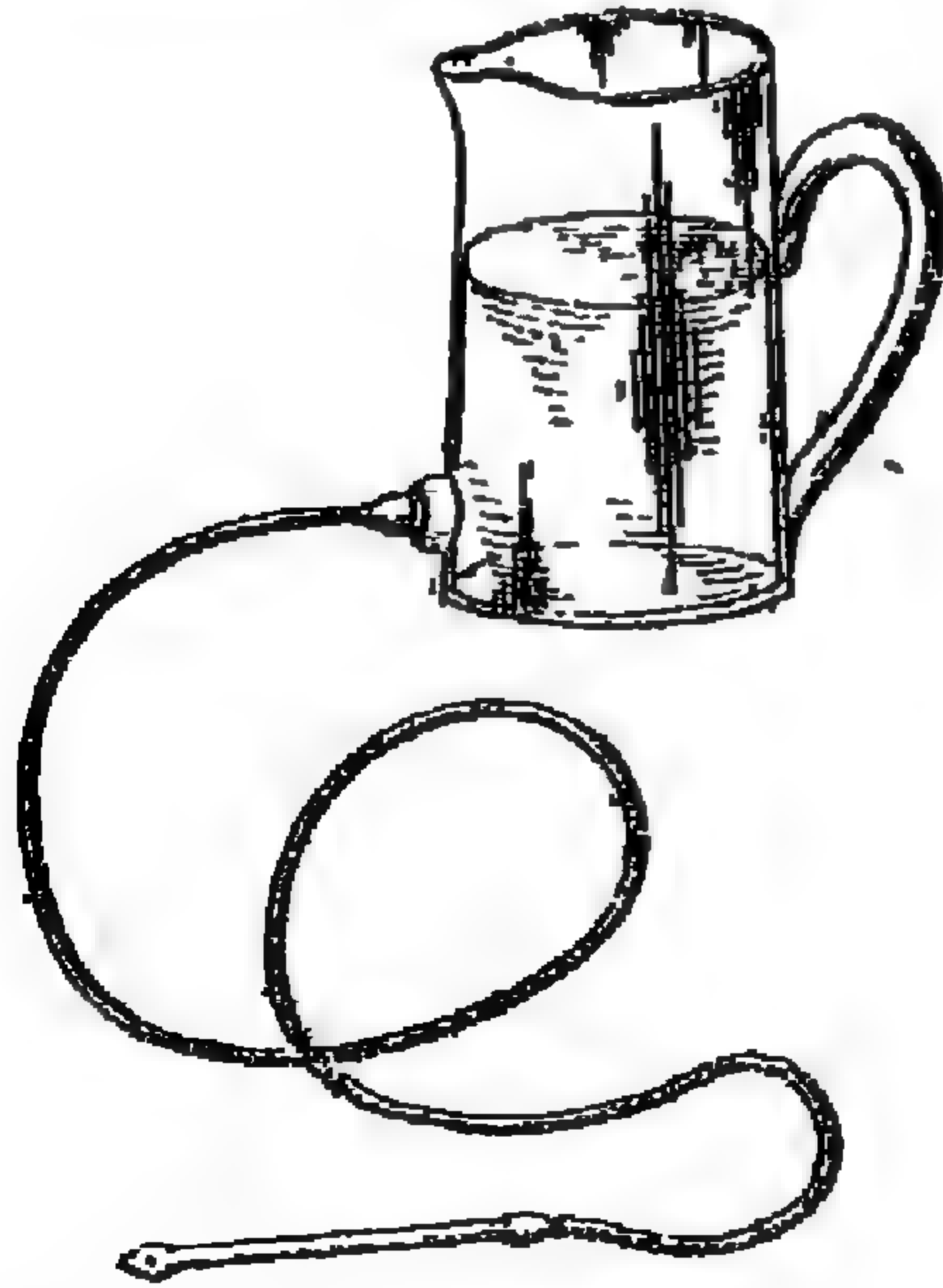
مرض شديد العدوى والخطر وهو نتيجة امتصاص مواد عفنة  
من باطن الرحم وتسمم الدم بها تصيب بعض السيدات عقب الولادة  
علامات هذا المرض — ارتفاع درجة الحرارة الى ٤٠ في



بعض الاحيان ووصول النبض الى ١٢٠ وانحطاط القوى والاحساس  
بالام في قسم البطن وعسر في التنفس ويكون اللسان مغطى بطبقة  
بيضاء والافراز الرحمي يكون قليلا ذا رائحة كريهة وينتقل هذا  
المرض من والدة الى أخرى بواسطة القابلات

الوسائط العلاجية الوقية — تعطى الوالدة مسهلا من زيت  
الخروع اذا حدث عندها امساك أو تستعمل لها حقنة شرجية بماء معقم  
خار ويجدد هواء الغرفة ويستدعى الطبيب في الحال لعمل الحقن بالمصل  
ضد المغونة وباقي المعالجات الاخرى *Surum antistroptococcique*

شكل ( ٣٩ ) حقنة شرجية (Errygature)



تستعمل هذه الحقنة عند الحاجة الضرورية اليها كالحالة المذكورة واشباهها

## حمى الملاريا

مرض يصاب به الانسان بتلقيح حيوانات دنيئة لا بالهواء ولا بالنباتات كما كان يعتقد قديماً وتعرف هذه الحيوانات (بالبلازموديوم) (Plasmodium) والحيوان المذكور المسبب للمرض على ثلاثة أنواع كل منها ينشأ عنه نوع خاص من المرض

النوع الاول يسمى بلازموديوم فيفاكس (Plasmodium-Véva) وتنشأ عنه الحمى الثلاثية أي أن دور المرض يأتي للمصاب كل ٤٨ ساعة النوع الثاني بلازموديوم مالاري (Plasmodium-Malaria) وتنشأ عنه الحمى الرباعية أي أن دور المرض يأتي للمصاب كل ٧٢ ساعة

النوع الثالث بلازموديوم فالسيپاروم (Plasmodium-Falciparum) وينشأ عنه الحمى المستديمة يومياً في وقت مخصوص أو تستمر الاعراض طول الوقت

وهذه الانواع الثلاثة من الحيوانات المذكورة تصل الى جسم بعض الحيوانات الدموية التي تعيش في المستنقعات والبرك الصغيرة والكبيرة بواسطة غذائها فتصل الى دمها فيصاب بهذا المرض الضفادع وغيرها وقد شاهد السير لانكستر حيوانات الملاريا في دم الضفادع

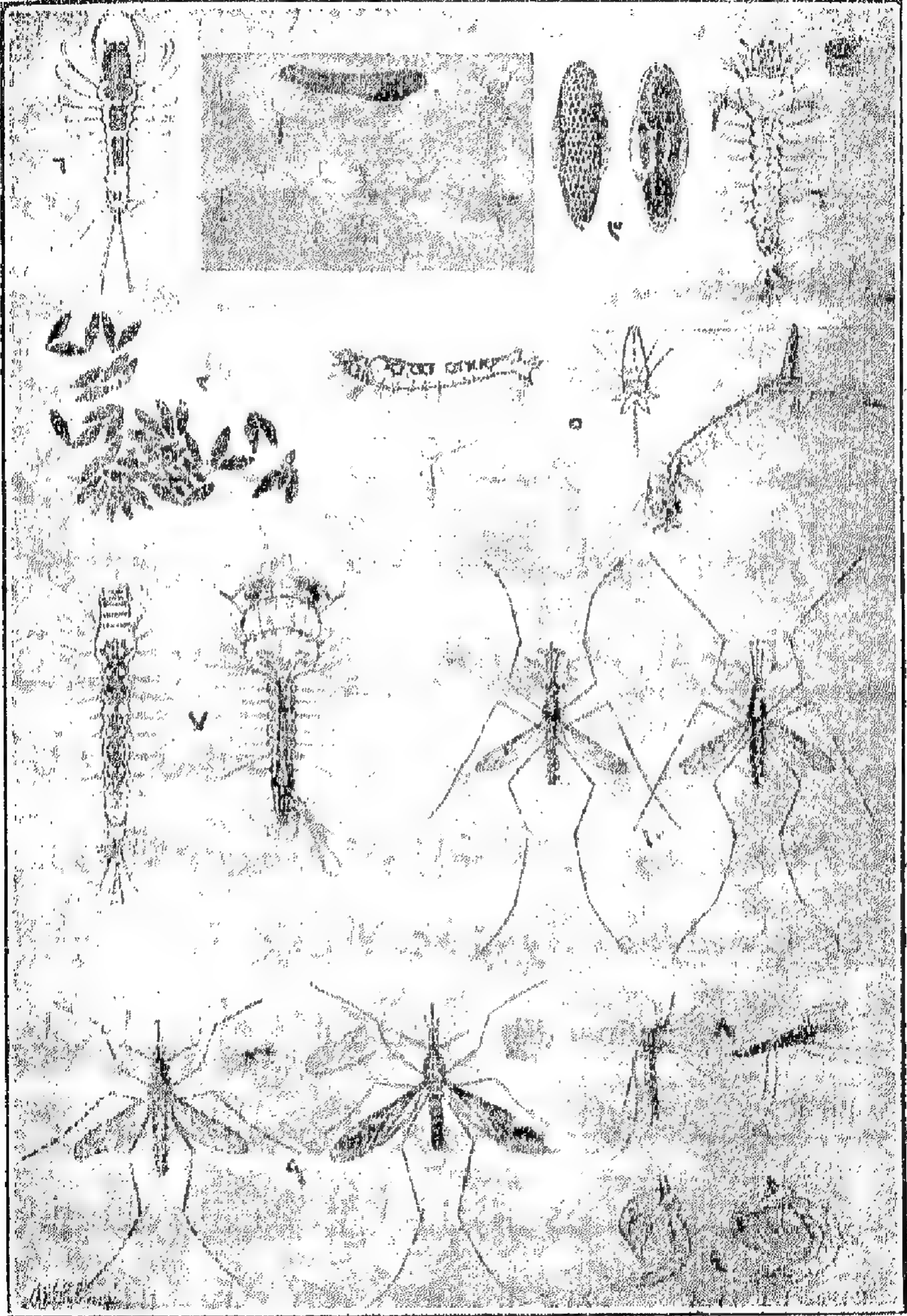
في سنة ١٨٧١ وذلك انه اذا أتى بعض الناموس الخاص بنقل الملاريا (وسياتي الكلام عليه ) لامتصاص بعض الدم من تلك الحيوانات المريضة يدخل حيوان الملاريا ضمن الدم الى الجهاز الهضمي للناموس ومنه الى غدده المفرزة للغاية الموجودة على جانبي الجزء الامامي من الصدر والتي تتصل بقاعدة خرطومه فاذا صادفه انسان أو حيوان وانفذ خرطومه لمص دمه ليتغذى به لقحه بهذه الحيوانات المعدية فيصير هذا الانسان أو الحيوان مستعدا لظهور أعراض المرض بعد زمن تفريخ حيوانات الملاريا في دمه والمدة التي تمضي من وقت التلقيح الى ظهور أعراض المرض تتراوح بين العشرة والاثنى عشر يوما

ونوع الناموس الناقل لحيوانات الملاريا هو من نوع الانوفيليس (Anopheles) وقد عرف الاستاذ تيوبولد ٥٠ انواعا منها كلها قالة لحيوانات الملاريا أهمها الماكولينيس (Maculipennis)

ويوجد هذا المرض في جميع المناطق الملائمة لنمو هذا الناموس كالمناطق الحارة المعتدلة مثل ايطاليا وقد كان موجودا بانجلترا ويوجد قلاي مصر والسودان والكنجو والسنغال والهند وجاوا والجزر الهندية الشرقية والعربية وأغلب جزر المحيط الهادي



شكل (٤٠) الناموس العادي وناموس حمى الملاريا وأشكاله \*



انظر تفسير هذا الشكل في الصحيفة التالية



\* (١) يبض الناموس وعومه في الماء (٢) يبض ناموس الحمى الرباعية المalarie أي التي تظهر أعراضها كل أربعة أيام (٣) بيضة مكبرة كثيراً من هذا البيض تظهر من وجهها (٤) عوم الناموس في حالة الشرقة اليمنى لناموس الحمى واليسرى للناموس الاعتيادي (٥) اليمنى عومة الاعتيادي وهي تتنفس واليسرى عومة ناموس الحمى لاصقة بسطح الماء (٦) اليسرى عومة ناموس الحمى حال ظهورها من البيض واليمن بعد ما تنمو (٧) عومة الناموس العادي الى اليمن وعومة ناموس الحمى الى اليسار (٨) شكل الناموس في وقوفه فالتى عن يمين الرقم ناموسة الحمى والتي عن يساره ناموسة عادية (٩) التي عن يمين الرقم ناموسة الحمى وهي مبرقشة الجناحين وقرناها اللذان حول خرطومها طويلان والتي الى اليسار ناموسة عادية وقرناها قصيران (١٠) ناموسة الحمى الانثى عن يمين الرقم والذكر عن يساره.

علامات مرض حمى المالاريا — احساس المريض بضعف فجائي في جميع الجسم بعد صحة تامة ثم يشمر يبرودة في الجزء الخلفي من الظهر حتى تنتشر في جميع الجسم وتصل درجة البرودة الى ارتجافه واصطكاك الاسنان ويصير لون الوجه بعد ذلك أصفر وظهور كدم أسفل الأجنان أزرق اللون وتبيض الأصابع والأطراف وتزرق الأظافر ويكون النبض خفيفاً أو متواتراً أحياناً ويكبر الطحال ويكون البول رائقاً مائياً وترتفع درجة الحرارة فجأة في الحالة الطبيعية الى ٤٠ سنتيغراد وبعد ذلك يحس المريض بظماً شديداً ويحمر لون الجسم بعد

اصفراره ويحمر البول أيضا . وبعد زوال دور المرض يحس المريض  
بأنحطاط في الجسم ويفاجئه النوم وعند استيقاظه يشعر بصحة في  
الجسم وتعود الحرارة الى الدرجة المعتادة أو أقل

أما الطحال فيستمر على احتقانه ويكون البول حافظا لصفاته

الوسائط الواقية من هذا المرض — ردم البرك والمستنقعات  
أو صب الجاز على سطحها وفي البالوعات والمراحيض في المنازل لان  
ذلك يبيد بيض التاموس الناقل لهذا المرض ولا يقتصر على هذا  
العمل في بيت واحد بل تكون هذه الاجراءات الصحية في جميع  
بيوت المدينة •

العلاج — تعاطي الكينين من الباطن بمعرفة الطبيب أو حبوب  
الايزانوفيل (Esanofelé) فيعطى منها للكبار ٦ في اليوم ويفضل  
استعمال دواء حديث يسمى بام — الا Pain-Ala فيستعمل بنجاح  
عظيم ضد الملاريا فقد يفيد أيضا في الحمى المتقطعة والحمى الراجعة  
وجميع أنواع الحميات على العموم ويفضل على الكينا في أحوال الملاريا  
الحادة يؤخذ مقدار ملعقة شورية من هذا الدواء في نصف كوب  
ماء ثلاث مرات في اليوم ويعطى قبل نوبة الحمى بساعة

ويستعمل أيضا في الوقاية من هذا المرض مقدار ملعقة شورية  
في قليل من الماء مرتين أو ثلاثا في الاسبوع  
وكان قديما يستعمل منقوع ورق شجر الصبصاف في هذا المرض

### مرض النوم

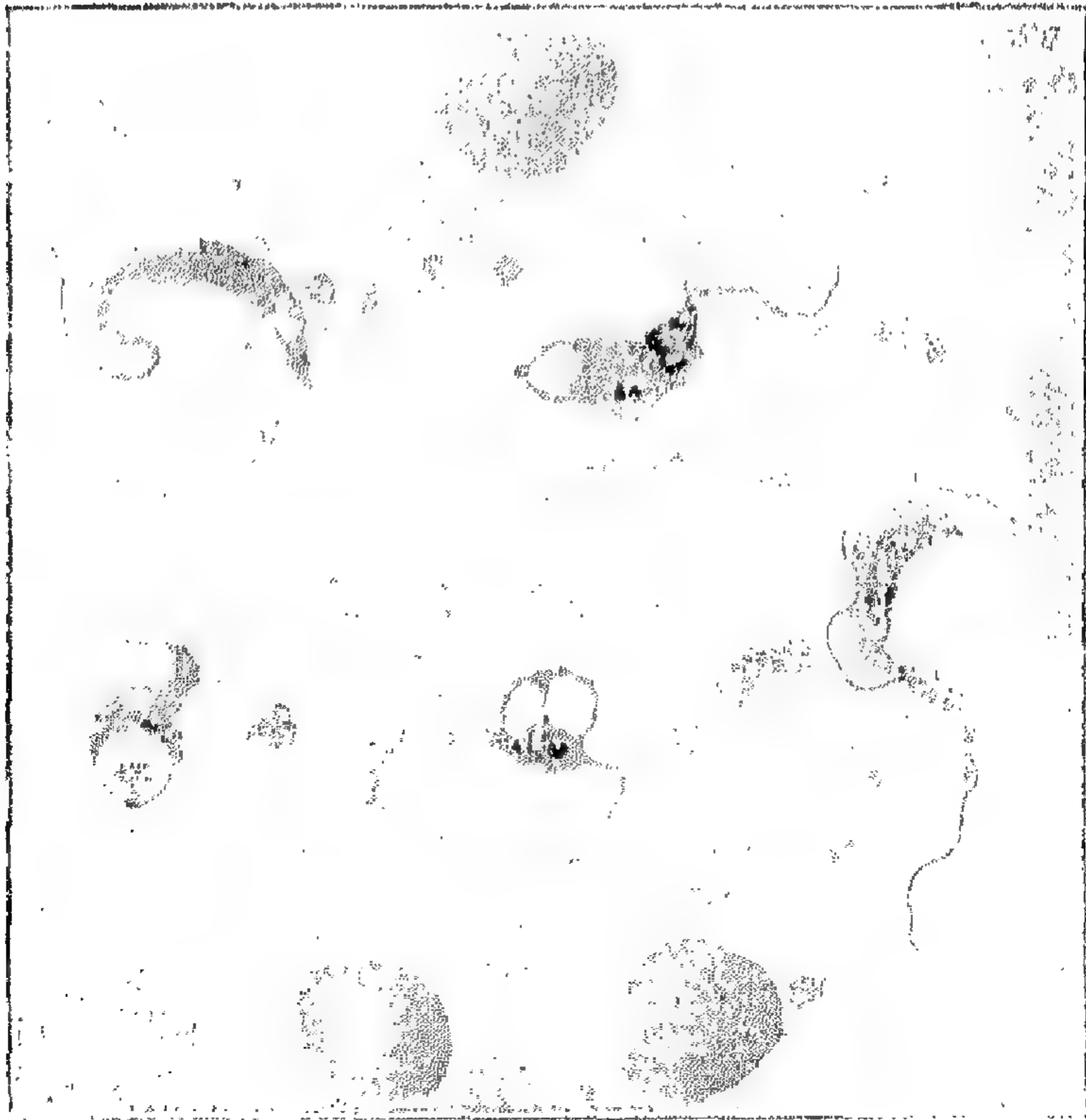
تسمية هذا المرض بمرض النوم توهم السامع غير الواقع فان النوم  
لا يعتري المريض الا عند آخر درجة من درجات المرض وقد لا يعتريه  
مطلقا بل يصاب بتكدر في قواه العقلية بدلا من النوم  
وأهم أعراض هذا المرض ضخامة الغدد الليمفاوية وخصوصا  
العنقية منها في أوائله . أما درجة الحرارة فتعلو فجأة وتعود فتهبط  
وهكذا حتى تهبط أخيرا الى ٩٢ فارتهيت ويموت المريض  
انتشر هذا المرض في أوغنده والبلاد المجاورة لها الواقعة على  
الضفاف الشمالية من بحيرة فكتوريا نياتزا

ثم ان علماء العرب قد ذكروا هذا المرض وأثبتوا وجوده منذ  
مئات من السنين فقد قال ابن خلدون في تاريخه عند ذكر ملوك  
السودان ان الملك جاطه الذي كان تجار مصر يترددون الى بلده  
اصابه مرض علة النوم وهو مرض كثيرا ما يطرق أهل ذلك

الأقليم وخصوصا الرؤساء منهم يغشاه النوم عامة أزمائه حتى يكاد لا يفيق ولا يستطيع لا في القليل من أوقاته فيضر صاحبه ويتصل سقمه بالهلاك ودامت هذه العلة بالملك جاطه مدة عامين وهلك سنة ٧٧٥ وهذا نص صريح في ان مرض النوم كان معروفا عند العرب منذ ٥٥٠ سنة وان العرب سموه علة النوم وكان منتشرا حيث هو منتشر الآن

وسبب هذا المرض ميكروب مخصوص يشبه العموم

شكل (٤١) ميكروب مرض النوم

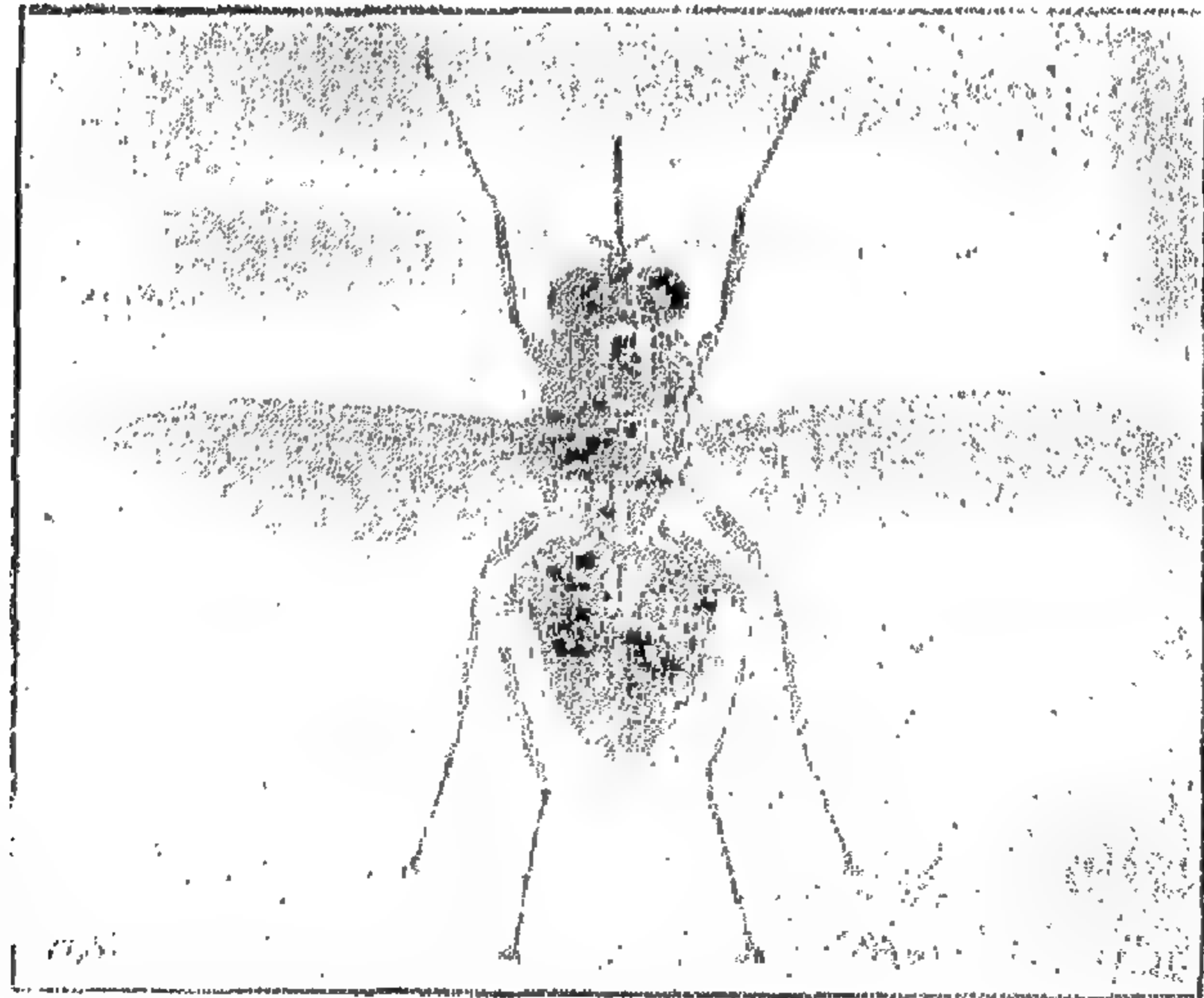




وثبت ان الاطباء المشتغين بدرس هذا المرض لقحوا قروداً  
من دم المصابين به هذا الميكروب فأصابت بمرض النوم وان هذا  
المرض علة من علل الجهاز الليمفاوي في الجسم

وقيل ان الواسطة في انتقال هذا المرض من شخص الى آخر  
ذبابة من الذباب المعروف بالتستس وهذا الذباب أنواع منها نوع  
يلسع الدواب والمواشي فيقتلها وهو غير ذباب مرض النوم يشبه  
ذباب البيوت

شكل (٤٢) ذباب مرض النوم



وقيل ان معظم لسع هذا الذباب يكون نهاراً حيث يجول  
الناس للبيع والشراء ومزاولة الأعمال

وقد ربي الباحثون عن هذا المرض ذبابة من هذا النوع وجربوا  
تأثير لسهها للقروء بعد امتصاصها دم المرضى من البشر فأصيب القرد  
بالمرض بعد ذلك بست ساعات أو ٢٢ ساعة أو ٢٨ ساعة ولا يعدي  
الانسان به غير القرد من أنواع الحيوانات  
أما علاج هذا المرض فقال الدكتور سنغس انه لا علاج له  
وقيل ان الاطباء جربوا علاج (دواء ٦٠٦) فأفادوا اكتشافا حديثا  
مصلأ يداوى به هذا المرض وقانا الله شره  
وقد استحسننا شرح هذا المرض وتاريخه ليحيط القارئ علما  
به ونزجو أن لا يصل إلينا بفضل الاحتياطات الصحية

### كالا ازار (GALA-AZAR)

مرض معد اكتشفه لافيران (Laveran) في تونس في ٢٣ مارس  
سنة ١٩٠٤ ويوجد أيضا في المنطقة الشمالية من قارة أفريقيا وفي  
السنة نفسها أثبت الدكتور شيفلد نيف (Cheffeld Neave) وجوده  
في السودان المصري ويعرف هذا المرض في الصين والهند بحمي  
دم دم وقد تصاب بهذا المرض الكلاب أيضا كما قال الدكتور  
(M. Nicalle) سنة ١٩٠٨

والواسطة في نقل هذا المرض للانسان نوع من القمل يسمى  
(Cimex lectularius) ونوع آخر من القمل يعرف باسم  
(Cimex ratundatus) وجد في بور سودان وسواكن

علامات هذا المرض — حمى مستديمة تستمر غالبا عدة أشهر  
ينشأ عنها ضخامة الطحال والكبد واضمحلال الجسم وتورم في الساقين  
والقدمين ويظهر بالوجه نقط سوداء . وخطر هذا المرض أشد من  
حمى الملاريا وقد يسبق الحمى في بعض الاحيان في واحساس  
المريض بآلام الروماتيزم وصيرورة لون الجلد مصفرا وجفاف الشعر  
وسقوطه وقد يتضاعف هذا المرض بالدوسنطاريا واذا بحث دم  
المصابين به تشاهد فيه حيوانات وقد اكتشفها ليشمان (Leishman)  
وسميت باسمه وتعرف باسم (Herpotomonas-Donavani)

ومن مضاعفات هذا المرض أيضا إصابة المريض به بثقرحات  
في الامعاء الدقاق وفي الجزء الابتدائي من القولون

الوسائل الصحية والعلاج — أهم هذه الوسائل عزل المريض  
عن الاصحاء ونظافة الفراش . والأوفق حرقها واستبدالها بغيرها  
وغلي ملابسه وتطهير غرفته بعد شفائه لقتل الحشرات التي بها كالقمل  
الذي ينقل العدوى وغير ذلك وانتداب الطبيب ليأمر بما يراه

## واخطار الادارة الصحية لتتخذ اجراءاتها

### قانون الاحتياطات الصحية

#### للقاية من الأمراض المعدية ومحاكمة من يهمل في التبليغ عنها

إذا أصيب شخص أو اشتبه في إصابته بأحد الأمراض المعدية المبيئة بهذا القانون وجب أن يبلغ عنه في مدة ٢٤ ساعة مكتب الصحة في المدن والعمدة في النواحي . والمكلفون بالتبليغ هم الطبيب القائم بملاج المريض . مستأجر أو صاحب المحل المقيم بالفرقة أو السكن الذي حدثت فيه الإصابة سواء كان فندقاً أو خاناً أو منزلاً عموماً أو أي محل آخر من هذا القبيل والقائم بشؤون المحل أو إدارته هو المكلف بالتبليغ وكذا نظار المدارس مكلفون بالتبليغ عن الإصابات التي تحدث في المدرسة للتلاميذ أو المستخدمين

وإذا أصيب الشخص المكلف بالتبليغ بأحد الأمراض المذكورة أو كان صاحب أو مستأجر المحل ظاهراً أصبح الأشخاص الذين يمولون المريض هم المكلفون بالتبليغ وإذا أصيب أحد تلاميذ مدرسة بمرض معد وجب على الناظر أو المدرس إبعاده في الحال عن المدرسة ومنع غيره من الأشخاص المقيمين معه من الحضور إليها إلى أن يزول خطر انتشار العدوى وفي حالة انتشار المرض انتشاراً وبائياً يجب على كل ناظر مدرسة أن يعد دفترًا لتسجيل حضور التلاميذ في كل يوم للمدرسة وأن يقدم هذا الدفتر للإدارة الصحية كلما طلبت منه ذلك

وكل مخالفة لحكم من الأحكام السابقة أو لما تقرره الإدارة الصحية تنفيذاً لهذا القانون يعاقب مرتكبها بغرامة لا تزيد عن مائة قرش ولا يجوز الصلح

راجع الديكريته الصادر في ١٢ يونيو سنة ١٩١٢ المدرج بالوقائع الرسمية  
مرة ٧٠ بتاريخ ١٥ يونيو سنة ١٩١٢ وبه جدول الأمراض المعدية الواجب  
الإخبار عنها وراجع أحكام الأمر العالي الصادرة بتاريخ ٢٧ مايو سنة ١٨٩٩  
موافق ٢٧ محرم سنة ١٣١٧ بخصوص الكوليرا والطاعون



## الباب السادس

### الاسعافات الطبية

الاسعافات الطبية هي الوسائط التي تعمل لتخفيف آلام المصاب ووقايته من الخطر . مثال ذلك شخص أصيب بجرح بضربة آلة حادة كسكين أو مقذوف ناري من يد نفسه أو يد أجنبية ونشأ عن هذا الجرح نزيف دموي فان ترك هذا الجرح بدون اسعاف يميت المصاب بالتزيف بخلاف ما اذا اسعف بالعلاج في الحال فانه يخفف آلامه ويقف نزيفه ويحفظ الجرح من تعرضه للميكروبات التي تضره . وبذلك يكون المصاب قادراً على التكلم والارشاد الى ما حصل له . وكشخص أصيب بحرق أو يتسمم من تعاطيه مواد سامة فلا يجوز ترك هذه الاصابات حتى يحضر الطبيب بل يلزم اسعافها بالعلاج لان الانتظار في مثل هذه الاحوال قد يكون سبباً لموت المصاب .

والامثال في هذا الموضوع عديدة . والخلاصة ان عوارض الامراض  
الوقتية التي تحتاج للاسعاف خصوصا في الاوقات التي لا يتيسر فيها  
استشارة الطبيب كثيرة فيتعتم على كل فرد معرفة الاسعافات الطبية  
التي سيأتي الكلام عليها

## الفصل الاول

### الرض

هو عبارة عن تصادم الجسم بالاجسام الصلبة الكالة كقطع  
الاحجار أو الاخشاب أو الضرب بالعصي وغير ذلك فينشأ عنه تمزق  
الانسجة تحت الجلد وسيلان الدم وانتشاره في خلايا الانسجة المصابة  
أو تجمعه في بورة مركزية

فان كانت الاصابة قاصرة على الجلد فونته بلون أحمر مزرق  
في الحال ثم يصير أخضر رصاصيا ثم بنفسجيا ثم يصفر ويبهت شيئا  
فشيئا . وقد يقع الرض على جدر البطن فتتمزق الاحشاء ويموت  
المصاب بدون ظهور علامات في الجلد تدل عليه لرخاوة البطن

الاسعافات الطبية — يوضع على العضو المصاب مكدرات بماء  
معقم بارد أو مكدرات ساخنة وهي أفيد من محلول تحت خلايا  
الرصاص بنسبة ٥ جرام في الالف بمعرفة الطبيب وراحة العضو من  
الحركة

## الفصل الثاني

### الجروح

الجروح — هي تفرق اتصال في الجلد أو فيه وفي الاجزاء  
الرخوة تحته وتسمى بأسماء مختلفة بحسب السبب الذي نتجت عنه وهي  
الجروح القطعية — تحدث من الآلات الفاطعة الحادة كالسكين  
أو السيف أو الموسى وما يماثلها  
الجروح النارية — تحدث من اطلاق آلة نارية كطبنجة أو  
بندقية أو ريقولثر مملوءة بالبارود والرش أو بالبارود والرصاص  
أو بالبارود والحشار أو بالبارود وأجسام أخرى كالزلط من يد  
الشخص نفسه أو من يد أجنبية

والمقذوف الناري أما أن يخرج من العضو المصاب فيحدث  
فتحتين دخولا وخروجاً أو فتحة دخول واحدة فقط  
الجروح الرضية — تحدث من مصادمة الاجسام الصلبة كقطع  
الاخشاب أو الاحجار أو العصي  
الجروح الوخزية تحدث من الآلات المادية الحادة كالشيش  
أو المسامير أو السكاكين ذات الاتصال الرفيع أو ما يماثلها  
الجروح العضية — تحدث من عض اسنان انسان أو حيوان  
الجروح النزعية — تحدث من الآلات الميكانيكية كاصابات  
الوابورات والعربات والأتومبيلات وما يماثل ذلك  
والجروح المذكورة اما أن تكون مصحوبة بنزيف أي سيلان  
الدم منها أو كسور في العظام أو غير مصحوبة بهما



## الفصل الثالث

### التزيف

هو خروج الدم من الجسم بسبب تمزق الاوعية وهو اما شرياني . أو وريدي . أو شعري

التزيف الشرياني — ينشأ عن قطع الشرايين فيكون الدم فيه ذا لون أحمر خارجا من الجرح على هيئة سائل ضئيل مستمر مع وثبات موافقة لضربات القلب

التزيف الوريدي — ينشأ عن قطع الاوردة ويكون الدم فيه ذا لون أحمر مسود وخارجا من الجرح على هيئة سائل رقيق بدون تقطع

التزيف الشعري — يعرف بسيلان الدم من جميع سطح الجرح على هيئة نقط أو سائل دقيق جدًا ويكون الدم فيه أكثر احمرارا من الدم الوريدي وأقل احمرارا من الدم الشرياني

الاسعافات الطيبة للتزيف والجروح — اذا كان الجرح في أحد الأطراف خارجا منه دم شرياني يربط طرف العضو من أعلى

الجرح برباط من شاش أو منديل بضغط شديد ويثبت طرفه بدبوس  
أو بمقدة

وإذا كان النزيف وريديا فيجعل الربط بالكيفية المذكورة  
أسفل الجرح فيقف النزيف الذي لو ترك بدون اسعاف يقع المصاب  
في الانغماء وربما مات

أما إذا كان النزيف ناشئا عن جرح غير الأطراف كالصدر  
أو البطن أو الوجه أو الرأس فيوقف النزيف وقتيا بوضع الشاش  
المهتم والقطن على الجرح ويضغط عليه بالرباط

ثم انه في بعض الاحيان قد يكون الجسم الغريب الناشئ عنه  
الجرح كالرصاصة أو خلافه باقيا بالجرح وظاهرا جزء منه أو مختفيا  
ومحسوسا بالجلس فلا يجوز اخراجه في الحال باعتقاد أن ذلك يخفف  
آلام المريض وذلك لانه قد يكون قاطعا لوعاء مهم من الأوعية  
ومسادا له فباخراجه يحصل النزيف الذي قد يكون عظيماً جداً  
وينتج عنه موت المصاب فيلزم في هذه الحالة ترك الجسم الغريب  
وتطهير الجرح والغيار عليه بضعة أيام حتى يتحقق التئام الوعاء المقطوع  
ويخوز اخراجه متى كان الطبيب مستعداً كل الاستعداد بأذواته اللازمة  
لايقاف النزيف اذا طرأ بعد اخراج الجسم الغريب في الحال

ويستتج من ذلك أوقية عدم سبر أي جس الجروح النارية أو  
خلافها بالآلات بعد حدوثها. لمرفة كمية غورها لان ذلك يسبب  
حصول التزيف بإزالة الجلط الدموية السادة للأوعية المقطوعة

ثم بعد ربط العضو المنزوف من أعلى الجرح أو من أسفله كما  
ذكر تستحضر الادوات الآتية

قطن وشاش معقم . رباط . ماء مغلي مبرد . ثلاثة أوان من  
الصيني أو الصاج المدهون أحدها لوضع المحاليل المطهرة كمحلول  
السلجاني أو حمض الفينيك (راجع صحيفة ١٦٧ و ١٦٨ من هذا الكتاب)  
به والثاني لوضع أدوات الغيار والثالث لوضع مياه غسل الجرح فيه  
ثم يبدأ بغسل الجرح بالمحلول المطهر غسلاً جيداً ويطهر سطحه

بالكحول أو صبغة اليود أو بأحد المحاليل المذكورة ويغطي بالشاش  
وفوقه طبقة من القطن ويثبت هذا الغيار برباط مع بقاء الرباط  
الضاغط أعلا الجرح أو أسفله مؤقتاً كما قدمنا لعدم حصول التزيف  
وينتدب الطبيب ليجري ربط الأوعية المقطوعة الناشئة عنها التزيف  
بمعرفة (راجع تأليفنا الاسعافات الطبية من صحيفة ١٢٠ لغاية ١٢٤ )

ويعمل الغسل والتطهير وكى سطح الجروح بالكيفية المذكورة

لأي جرح أو خدش حصل مهما كانت بسيطاً كجروح الإبر أو  
الدبابيس أو أخاظر القطط وغيرها

### التزيف الناشئ عن العلق

قد يحصل التزيف عقب تركيب العلق وربما أدى إلى الضرر  
ولا سيما في الأطفال الضعفاء فيعالج بوضع الماء البارد المعقم أو  
الضغط بالشاش والقطن المعقم أو ذر مسحوق الشب أو مسحوق  
البن على الجرح أو دهن سطح الجرح بالكاوديون

### الغيار على الجروح

الغيارات — على ثلاثة أنواع : غيار جاف . وغيار رطب .  
وغيار دهني

الغيار الجاف — يستعمل في الجروح النظيفة أو المظهرة فبعد  
تطهير الأيدي جيداً يوضع على الجرح شاش معقم ليغطي جميع سطحه  
ثم طبقة من القطن سمكة لامتنصاص السوائل التي تنفرز منه ويحفظ  
الجرح من التأثيرات الجوية كي لا تصل إليه ميكروبات من الخارج  
ويثبت القطن والشاش برباط



الغيار الرطب — يستعمل في الجروح التي لا يمكن تطهيرها  
تطهيراً تاماً والجروح المتهبة عند ما يشعر المريض بالآلام ناتجة عن  
ضغط الأوعية من الالتهاب الحاصل فيعمل الغيار بوضع شاش معقم  
على سطح الجرح وفوقه طبقة سميكة من القطن المغسور في محلول  
السلجاني بـ ١٠ بعد عصرها جيداً ويوضع فوق ذلك مربع من  
مشع صمغي taffeta gommé ويثبت الغيار برباط

الغيار الدهني — يستعمل في بعض الأحيان على الخروق اذا  
كانت ذات سطح متسع لمنع التصاق الشاش على سطح الجرح لان  
وضع الشاش في هذه الاحوال بدون دهنه بالمراهم المعقمة يسبب  
آلاماً شديدة حال رفع الغيار لالتصاقه بالجرح . والمراهم المستعملة  
لذلك هي مثل قازيلين معقم أو قازيلين مع حمض البوريك أو مرهم  
أكسيد الزنك بنسبة جرام الى عشرة

## الفصل الرابع

### الاربطة

الاربطة هي قطع من القطن . أو التيل . أو الكتان . أو الصوف  
أو من الصنع المرن على هيئة اسطوانات طولها من متر الى عشرة  
أمتار وعرضها من ٢ الى عشرة سنتي لتثبيت الأجهزة وادوات  
الغيار على العضو المصاب . وطريقة لفها تختلف بحسب مجلس الاصابة  
( راجع تأليفنا الاسعافات الطبية من صحيفة ١٣١ الى ١٤٨ )

---

## الفصل الخامس

### الحرق

الحرق هو تلف الانسجة الحية من تأثير سوائل شديدة  
الحرارة أو لهب مواد متحركة أو أجسام محمأة بالنار أو من تأثير  
سوائل كيمياوية كحمض الفينيك أو حمض النتريك . والحروق اما

أن تكون سطحية أي قاصرة على ظاهر الجلد أو البشرة والادمة .  
أو الادمة والعضلات . أو العضلات والعظام

الاسعافات الطبية — تعالج الحروق السطحية القاصرة على ظاهر  
الجلد بالماء المعقم كمكبات أو الماء الممزوج بحمض الكاربونيك ( صورة  
وتر ) أو البطاطس المبشور أو النيار بمحلول حمض البكريك بنسبة  
جرام في ١٠٠ جرام من الماء أو تغطية الجزء المصاب بشاش مجهز من  
محلول حمض البكريك أو استعمال دهان كريم سيمون *crem simon*  
أو ثلج هازيلين (Neige Hazeline) أو الجليسرين أو القازيلين أو  
زيت الزيتون . والأوفق عدم استعمال محلول حمض البكريك في  
حروق الوجه السطحية لأنه يلون الجلد باللون الاصفر . أما الحروق التي  
تصيب الأدمة وباقي الاجزاء الرخوة فالأفيد فيها استعمال المروخ  
الجيري المكون من ماء الجير وزيت الزيتون بمقادير متساوية . ويمكن  
الحصول عليه من الاجزاخانات وقد يجهز بالمنازل . وكيفية عمل  
النيار به هي أن ترج الزجاجة المحتوية على المروخ ويوضع منه جزء  
في اناء نظيف ثم تدهن به قطعة من شاش معقم وتوضع على سطح  
الحرق وتوضع فوقها طبقة من القطن ويثبت برباط وينتدب الطبيب  
ليأمر بما يلزم لتخفيف آلام الحرق والموارض التي تنشأ عنه

كيفية تجهيز ماء الجير بالمنازل — يوضع مقدار ١٠ جرامات من الجير النقي المطفأ حديثاً في زجاجة نظيفة محتوية على كيلوجرام من الماء وتسد بسدادة من القلين وترج جيداً وتترك مدة ١٢ ساعة ثم يصفى السائل الصافي ويترك الراسب وهو المستعمل من الباطن في بعض أحوال مرضية للأطفال كما سبق . وقد يستعمل الغيار على الحزوق بزيت الفول السوداني المضاف اليه أوكسيد الزنك وزيت الاوكاليتوس بمعرفة الطبيب

---

## الفصل السادس

### في الكسور

هي اما أن تكون بسيطة أو مضاعفة بجروح الاسعافات الطبية في الكسور البسيطة — يلزم عمل الاسعافات الاولى في الموضع الذي حصلت فيه الاصابة بدون نقل المصاب لمكان آخر لان نقله بالحالة التي هو عليها بواسطة عربة أو نقالة بدون عمل اسعافات وقتية يضر جداً بالمصاب وربما كان مساعداً على



تمزيق الجلد وخروج طرف العظم المكسور الى الخارج فيتحول الكسر البسيط الى كسر مضاعف لان الغرض من الاسعافات منع الحركة بالكلية لراحة العضو المصاب

اسعافات كسور الفك الأسفل — يمنع حركة الفك الأسفل اذا كان مكسورا أو مخلوعاً برباط مخصوص هو عبارة عن قطعة من القماش طولها متر تقريبا وعرضها خمسة سنتيمتر يشق طرفاها ويترك وسطها بلا شق بمسافة عشرة سنتيمتر فتصير ذات أربعة أطراف ويوضع وسطها على الذقن ويوجه الطرفان العلويان نحو صيوان الأذنين ويمر من تحتها ويوضعان على مؤخر الرأس ويثبتان بدبوس أو بواسطة مساعد ثم يوجه الطرفان السفليان نحو الصدغين ويثبتان على قمة الرأس ثم يؤخذ الطرفان العلويان المثبتان أولا فيلفان حول الرأس أعلى صيوان الاذنين ويثبتان في مقدم الجبهة

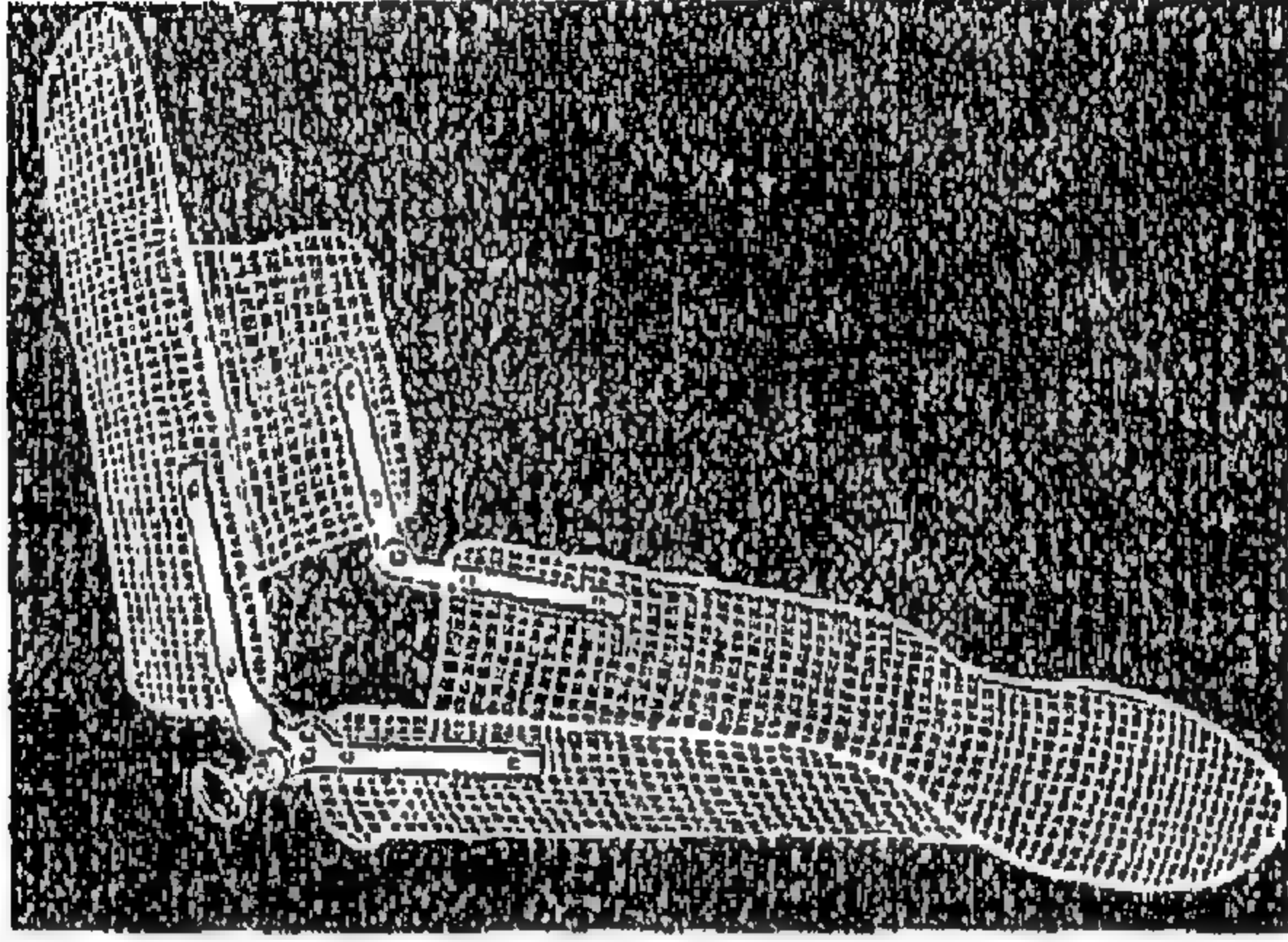
انظر شكل ٤٣ في الصحيفة التالية

شكل (٤٣) رباط الفك الاسفل اذا كان مكسوراً رأو مخلوعاً



اسعافات كسور العضد والساعد — يلف الطرف المصاب  
بالقطن ورباط ثم يوضع داخل ميزاب أي جييرة على هيئة زاوية قائمة  
مبطنة بالقطن أو من صفيح أو زنك كشكل ٤٤ ويوضع الطرف في  
علاقة تثبت في الجهة الخلفية من العنق كشكل ٤٥

شكل (٤٤) جبيرة بهيئة زاوية قائمة  
لحفظ كسور وخاوع العضد والساعد بزاوية متحركة



أما كسر الساعد اذا كان قاصرا على أحد عظميه وكان العظم  
السليم بمثابة جبيرة للعظم المكسور فيكتفي بلفه بالقطن ويثبت برباط  
ويوضع الطرف في علاقة تثبت في الجهة الخافية للامق كشكل ٤٥  
وقد تستعمل هذه العلاقة في كسر الترقوة

شكل (٤٥) علاقة كسور وخلوع العضد والساعد واليد  
وتستعمل في كسور الترقوة



أما إذا كسر العظامان فتستعمل الجبائر المتخذة من الخشب  
وطولها وعرضها يكونان بحسب طول الساعد وعرضه كالشكل الآتي

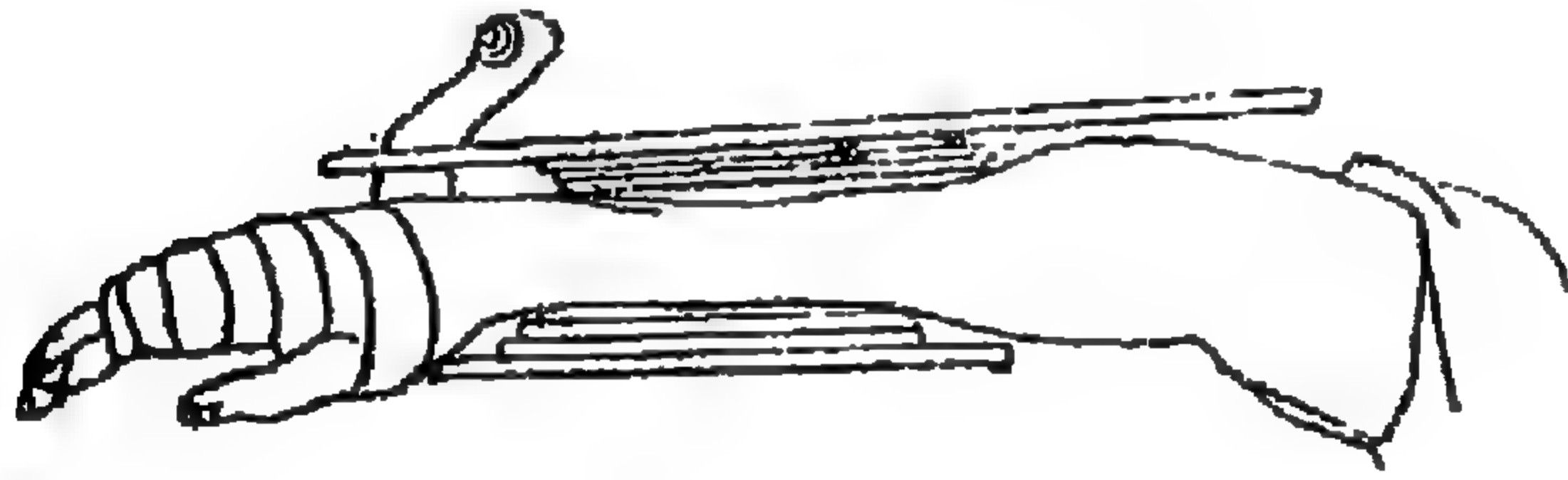
شكل (٤٦) جبيرة من الخشب





تلف بالقماش ويوضع على سطحها المقابل للمضو طبقات من القطن بشكل هرمي ثم يلف الساعد بالقطن ويثبت برباط يمتد من أصابع اليد الى نهاية المرفق بضغطة منتظمة وتوضع أحدي الجبائر في الجهة الوحشية والاخرى في الجهة الانسية وتثبت برباط كالشكل الآتي

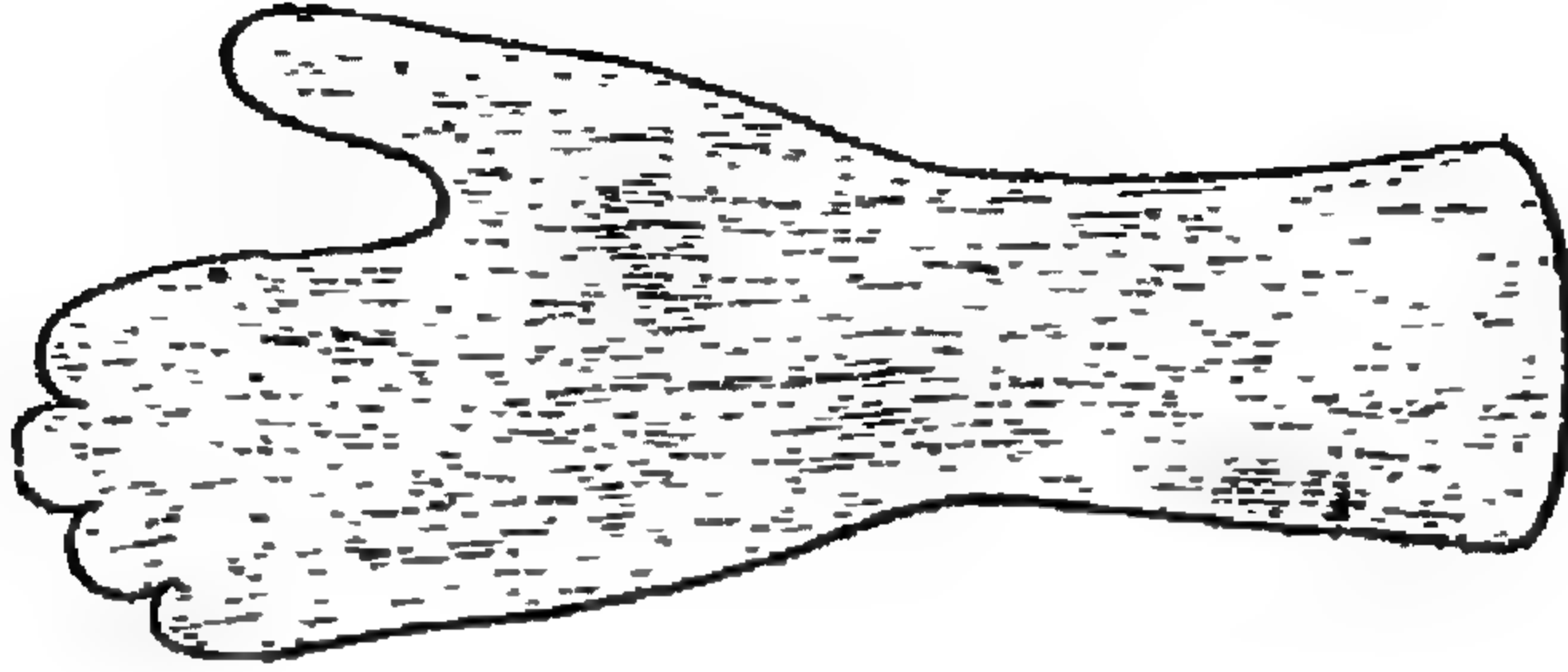
شكل (٤٧) جهاز كسر عظمي الساعد



ثم يثني الساعد على العضد ويملق بعلاقة يربط طرفاها بالجهة الخلفية للعنق كشكل ٤٥

الاسعافات الوقية في كسور عظام اليد البسيطة والمضاعفة بجروح — تلف الاصابع بعد بسطها بالقطن والرباط وتوضع فوق كف من الخشب مغطى بالقطن كشكل ٤٨ ثم توضع في علاقة تثبت في الجهة الخلفية من العنق كشكل ٤٥

شكل (٤٨) كف من الخشب  
لحفظ كسور وجروح الاصابع وخلع عظام الرسغ



الاسعافات الوقتية في كسور الضلوع — يلف الصدر بالقطن  
ورباط حلقى بعد تطهير الجلد بالكحول ويثبت الرباط من الأعلى  
ومن الخلف بشرطين يلفان على الكتفين ( انظر شكل ١٣٥ من  
تأليفنا الاسعافات الطبية )

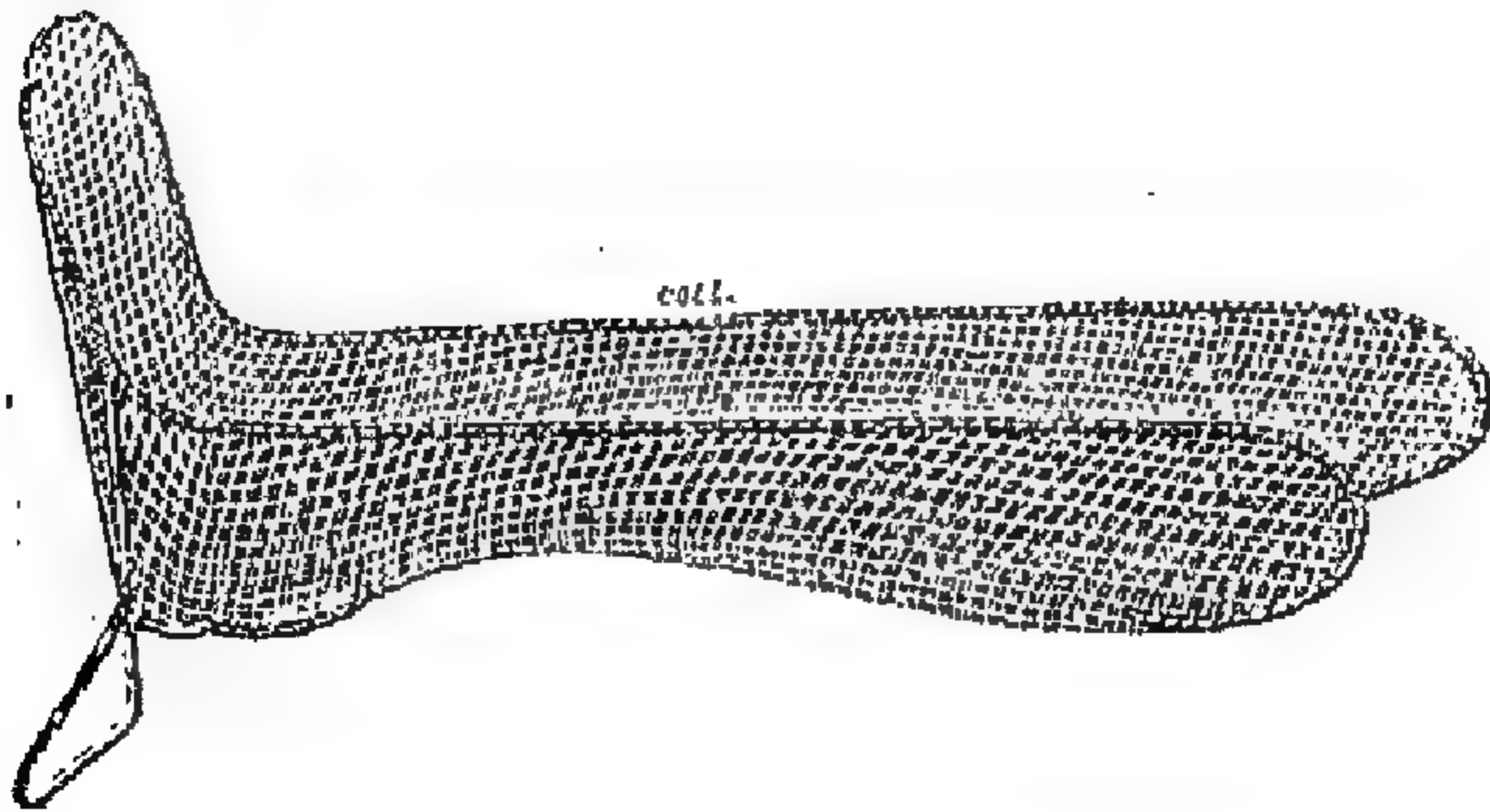
الاسعافات الوقتية في كسور عظام الحوض — يلقى المريض على  
ظهره فوق الفراش ويثبت جانبا الجذع والطرفان السفليان بوضع  
وسادتين مستطيلتين محشوتين رملاً

الاسعافات الوقتية في كسور وخلوع عظم الفخذ وكيفية حمل  
المصاب — يجب أن تزال الملابس برفق ويجتنب خلع النعال فان  
كان الساق أو الفخذ هو المكسور وضع المريض على نقالة أو باب  
أو شباك أو سلم عليه فراش ويحمل بالأيدي ان أمكن ويقرب

العضو السليم الى المكسور ويربطان لمنع الحركة أو يسند العضو المكسور بوسادة محشوة بالرمل ثم ينتدب الطبيب الجراح لا المجبر لعمل له الجهاز اللازم لشفاء الكسر ويستحسن ترك العضو المكسور يوما أو يومين بلا تجبير اذا كان الكسر مصحوبا بورم رضي حتى يزول الورم ويعالج بمكدرات بالماء البارد أو محلول تحت خلات الرصاص بنسبة ٥ في الالف ويحفظ الطرف المكسور من الحركة بوضع جبيرة طويلة تمتد من القدم الى ما تحت ابط الجهة المصابة وتثبت برباط

الاسعافات الوقتية في كسور الساق — اذا كان الكسر بالعظمتين يلف الساق بالقطن والرباط ثم يلف بالجباثر لحفظه من نتائج الحركة أو يوضع الساق في ميزاب

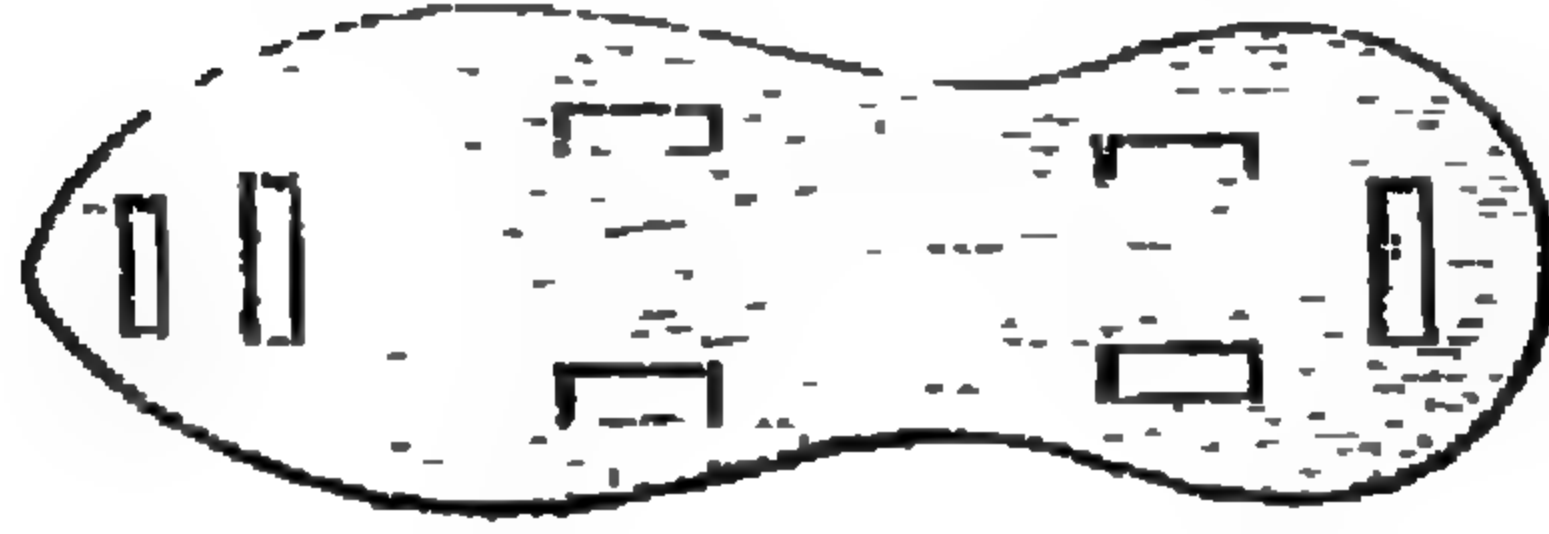
شكل (٤٩) ميزاب من سلك لكسور الساق



الاسعافات الوقية في كسور القدم وجروحه — يلف القدم  
بالقطن ويربط بعد تطهير جروحه اذا كانت الكسور مصحوبة  
بجروح ويثبت القدم على جبيرة من خشب تلف بالرباط الذي يثبت  
طرفه بالساق كشكل ٥٠ .

الاسعافات المذكورة جميعها وقية تحت استشارة الجراح ليعمل  
بمعرفة الاجهزة اللازمة لشفاء الكسور المذكورة

شكل (٥٠) قدم من خشب



## الفصل السابع

### الخلوع والوثي والعثرة

هي تغير يحصل في مفاصل العظام من ضربة أو سقطة أو من  
جذب الطرف بقوة . وتعرف بعدم إمكان حركة المضمون الخلوع في  
حذاء مفصله فيعمل فيها اسعافات الكسور وينتدب الطبيب لرد



الحام وعمل الجهاز اللازم لحفظ المفصل في وضعه الطبيعي . وتعمل الاسعافات المذكورة في ( الوثني ) و ( العثرة ) ويستشار الطبيب

### التيتانوس

مرض مصحوب بتشنجات في جميع الجسم تقريبا . ويتبدى بعسر في حركة الفك السفلى ثم ينطبق ويعسر فتحه ويصعب الازدراء بحيث تخرج السوائل من الفم والأنف وتحصل التشنجات تدريجا وعندما تعم الجسم يمكن رفع الجسم فيقف على عقبيه كأنه عص وتبقى العضلات متوترة اذا نام المريض ويموت المصاب بشلل القلب أو عضلات التنفس

وهذا المرض خطر جدا وهو في الغالب نتيجة اصابة الشخص

بجرح وصل اليه ميكروب هذا المرض

الاسعافات الطبية — تعمل له حقنة شرجية وحمام ساخن

بدرجة ٣٧ ويظهر الجرح الناشئ عنه هذا المرض بالكحول أو صبغة

اليود أو الكريولين وينتدب الطبيب لعمل الحقن بالمصل ضد التيتانوس

Serum Antitetanique بمقدار ١٠ جرام

## الجروح الناشئة عن لدغ الثعبان وبعض الحشرات

أعراض لسع الحية أو الثعبان ألم في الجرح يسري بسرعة في جميع أجزاء الجسم يصاحبه قيء وعسر في التنفس وسرعة في النبض وبرودة في الجسم وتشنجات تنتهي غالبا بالموت

الامسافات الطبية — يربط العضو المصاب برباط في أعلى الجرح ربطا جيدا اذا كانت الاصابة في الاطراف بحيث يصير لون باقي العضو احمر قائما ثم يشرط الجرح بمشرط أو موسى بعد تطهيره بمحرقه على لهب الكحول ويوضع الجرح في ماء حار ليخرج الدم منه ثم يكوى بطرف نحو مسبار من حديد بعد وضعه على لهب الكحول حتى يحمر أو يكوى بروح النوشادر أو صبغة اليود ثم يحل الرباط ويلزم الملسوع بالمشي ولا يمكن من النوم ويسقى من روح النوشادر ثلاثة نقط في فنجال ماء محلى بالسكر كل ١٥ دقيقة وتذلك الاطراف بالكحول وتوضع زجاجات مملوءة بماء ساخن حول الاطراف وينتدب الطبيب لعمل له الحقن بالمصل ضد سم الثعبان

Serum Antivenineux (de calemetle)

ومقداره للبالغ ١٠ جرام وللأطفال ٥ جرام

## الجروح الناشئة عن لسع العقرب

الاسعافات الطيبة — مكمدات ساخنة من الماء المضاف اليه  
الخل أو الملح ويسقى الملسوع بروح النوشادر كما سبق في جروح لسع  
الثعبان ويعمل باقي الوسائط ويعمل له الحقن حالا بمعرفة الطبيب  
بالمصل ضد سم العقرب Serum Antiscorpions ومقداره للبالغ ١٠  
جرام وللأطفال ٥ جرام

## الجروح الناشئة عن لسع بعض الحشرات

كأبي شبت والزنبور والنحل

العلاج — يطهر سطح الجرح بصبغة اليود أو بروح النوشادر  
أو بالكحول ويسقى من النوشادر المقادير السابقة في الجروح الناتجة  
من لسع العقرب وان أمكن اخراج الحمة (أي الشوكة) التي يتركها  
الحبوان اللاسع في الجرح. وكيفية ذلك هي أن يثنى الجلد الموجود به  
الجرح ويضغط عليه وعند ظهور الشوكة تستخرج بواسطة جفت  
(مقاط) ويكوي محلها بروح النوشادر أو صبغة اليود أو الخل أو  
الكلونيا

## الفصل السابع

### إصابات الدماغ

#### الارتجاج المخي

يحدث هذا المرض بسبب واصل كضربة على الرأس أو غير واصل كسقطة على القدمين أو الاليتين أو الركبتين وقد يحصل عن مصادمة أجسام ثقيلة غير صلبة كمخدة وقد شوهد حصوله أيضا عن السقوط في الماء من مكان مرتفع . وهو اما خفيف أو شديد

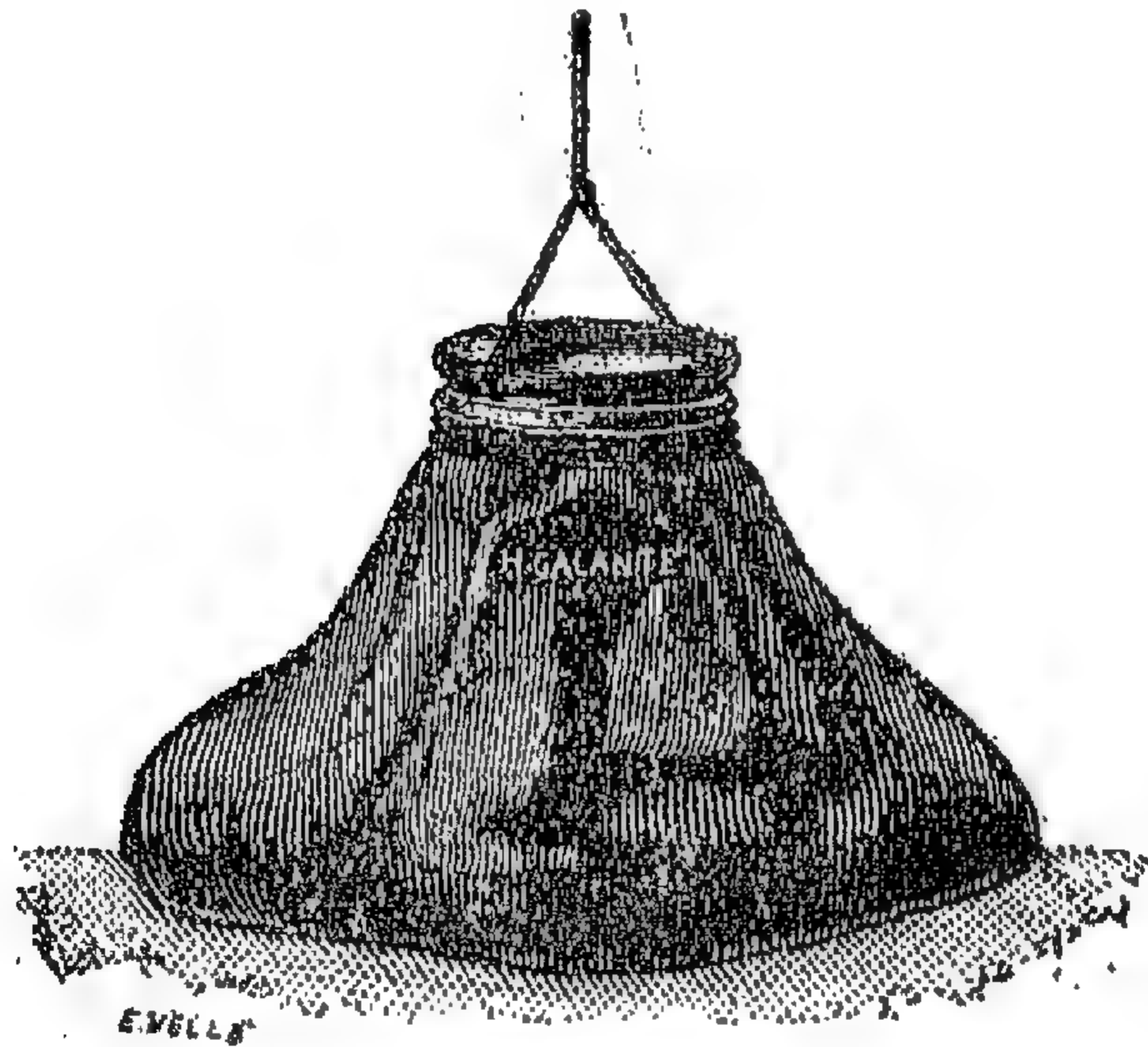
. علامات الارتجاج الخفيف واسعافه بالعلاج — دوران يحصل في رأس المريض وطنين في أذنيه وظلمة في بصره وفقد الحس والحركة والعقل أحيانا بضع دقائق أو ساعات ثم يعود المصاب الى حالته الاصلية . ويعالج في هذه الحالة باستنشاق المريض ارواحا عطرية كروح النوشادر أو ملح اللواندا ( salt de lawnd ) وذلك أطرافه وسقيه منقوع القرقة أو النعناع وتعمل له حقنة شرجية

علامات الارتجاج المخي الشديد واسعافه بالعلاج — سقوط المصاب على الارض فاقد النطق والادراك والحركة ويحصل له قي



متى كانت المعدة ممتلئة وإذا خوطب أن أو نطق بكلمات غير  
مفهومة ويصير تنفسه ونبضه بطيئين جدًا . فيعالج بوضع أوراق  
خردلية على الساقين والفخذين وحقنة شرجية وإذا كان وجهه محمقنا  
بالدم ونبضه ممتلئا يوضع له العلق خلف الاذنين وتحلق رأسه ويوضع  
عليها كيس من الكاوتشو مملوءا ثلجا كشكل ٥١ وينتدب الطبيب

شكل (٥١) كيس لحفظ الثلج يوضع على الرأس



### رض الدماغ

علامات رض الدماغ تقرب من علامات الارتجاج الدماغى  
واسعافاته هي اسعافات الارتجاج الدماغى الشديد وينتدب له الطبيب

## انضغاط الدماغ

له أسباب كثيرة كأنخساف القطع العظمية في أحوال كسور قبة عظام الجمجمة من ضربة على الرأس أو سبب آخر وضغطها على المخ أو من انسكابات دموية كالتي تحصل من كسور قاعدة الجمجمة علامات ضغط الدماغ واسعافه بالعلاج — فقد الإدراك والنوم العميق وألم دائم في جزء من الرأس والشلل والشخير وإذا كان الضغط نتيجة كسر في قاعدة الجمجمة يصاحب الأعراض المذكورة سيلان الدم من إحدى الأذنين أو منهما معا ومن الأنف والفم وظهور زرقة حول الجفان في بعض الأحيان . وعلاجه وضع المصاب في محل طلق الهواء ونزع ملابسه الضاغطة وحلق الرأس ووضع كيس الثلج شكل ٥١ عليها وحقنة شرجية وانتداب الطبيب لعمل ما يراه

## الاغماء واسعافه بالعلاج

أسبابه كثيرة منها التزيف أي خروج الدم من الجسم والاختبار المحزنة أو المفرحة الفجائية أو سماع أصوات مزعجة أو رؤية أشياء مخيفة وأكثر الناس استعدادا له النساء والبنات ذوات المزاج العصبي

وقد يحصل من دوام التعرض للشمس أو الحرارة الناشئة عنها  
فيصاب بدوار في الرأس واصفرار في الوجه وضمف النبض والتنفس  
وقد الادراك كلاً أو بعضاً . وعلاجه القاء المريض على ظهره وتزع  
ملابسه الضاغطة ونضح وجهه بالماء البارد وفتح النوافذ وفرك  
اليدين والقدمين بالكحول ووضع أوراق خردلية على ساقيه وتنشيقه  
بروح الخلل أو الكلونيا أو النوشادر فاذا استمرت الاعراض ينتدب  
الطبيب

### السكتة المخية واسعافها بالعلاج

تحصل من تمزق أحد أوعية الدماغ أو احتقانها بدون تمزق  
فيسقط المريض بغتة الى الارض فاقد الادراك والحركة ويحمر وجهه  
ويكون تنفسه شخيرياً وقد يتحول الوجه الى جانب واحد وقد تكون  
الاعراض خفيفة فتظهر بشكل فالج مصحوب بعسر الكلام وشلل  
في نصف الجسم . ومن الاسباب المهيئة للاصابة بهذا المرض السن  
من الخمسين فما فوق . والجنس فيصيب الرجال أكثر من النساء والبنية  
متى كان العنق قصيراً غليظاً والصدر واسعاً واللون أحمر والجسم  
سميناً وأمراض القلب والشراسة في الأكل وحمل الأشياء الثقيلة

والانفعالات النفسانية الشديدة والحرارة الزائدة وتضييق رباط الرقبة  
فتعالج بإزالة الملابس الضاغطة وفتح المنافذ لتجديد الهواء ووضع  
كيس من الكاوتشو مملوء ثلجاً على الرأس شكل ٥١ ووضع القدمين  
في ماء حار مدة عشر دقائق ووضع أوراق خردلية على الساقين وتعمل  
له حقنة شرجية من الماء القاتر المضاف اليه سلفات الصودا بمقدار  
٣٠ الى ٤٠ جراماً في الاثر ولا يجوز الفصد الا بمعرفة الطبيب  
فينتدب ليعمل ما يراه

### الصرع ( المعروف بداء النقطة عند العامة )

أعراض الصرع اما خفيفة أو ثقيلة ففي الاحوال الخفيفة يصاب  
المريض بفقد الشعور لحظة قصيرة فينقطع كلامه وتصيبه رعشة خفيفة  
في بعض أعضائه وربما سقط على الأرض قليلاً أو يستند الى حائط  
وفي الأحوال الثقيلة يتبعها صواع ودوار في الرأس ويفقد  
الشعور والقوة وتشنج عضلاته عينية الى الاعلى فلا يظهر منها الا  
البياض ويصفر الوجه ثم يحمر وتنقبض اليدين ويعسر التنفس  
وتنطبق الاسنان على بعضها ويخرج من الفم زبد قد يكون مدمماً  
بسبب عض اللسان ٥ ينام المصاب بعد ذلك نوماً ثقيلاً وقد يحصل هذا



المرض جملة مرات في اليوم وتارة تغيب النوب أسابيع أو أشهراً .  
ومن أسبابه الاستعداد الوراثي والتعب العقلي الشديد والافراط في  
الشهوات والانفعالات النفسانية وسوء الهضم وانقطاع نزيغ عادي  
كدم البواسير ودم الحيض والمشروبات الروحية وباقي المنبهات  
كالشاي والقهوة . والاسعافات العلاجية في وقت النوبة تكون بإلقاء  
المريض على ظهره ونزع ملابسه وصب الماء البارد على رأسه ووضع  
أوراق خردلية على ساقيه وقطعة من خشب الفلين أو من الكتان بين  
أسنانه لوقاية اللسان من العض وتمسك يده ورجلاه وقت حصول  
التشنج

أما في مدة الفترات بين النوب فيعالج بمنع الأسباب المهيئة  
لحصول المرض السابقة ويجب على من كان مصاباً بهذا المرض أن  
لا يهمل نفسه بل يستشير الطبيب لأن هذا المرض من الأسباب  
المهيئة للإصابة بالجنون

### ضربة الشمس واسعافها بالعلاج

يصاب الإنسان من التعرض للشمس مباشرة أو للحرارة  
الناشئة عنها بالاغماء وبضربة الشمس الحقيقية ويحمى الشمس

علامات ضربة الشمس الحقيقية — قد تبدئ بأعراض الانغماء  
وتتميز عنها باحمرار الوجه وقوة النبض وشخير التنفس  
علامات حمى الشمس — تبدئ ببرودة في الجسم ثم ارتفاع  
درجة الحرارة وعطش زائد وجفاف في اللسان واحمراره وقتئذ صفراوي  
وتستمر الأعراض نحو ٦٠ ساعة وقد تتضاعف أعراضها بإسهال  
وزحير مدم وآلام في الرأس والصدغين  
الاسعافات الطبية — وضع مكدمات باردة على الرأس وذلك  
الأطراف بالكلونيا أو الكحول وحقنة شرجية ووضع العلق خلف  
الاذنين وإذا تيسر للمريض البلع اعطى مسهلا من كبريتات الصودا  
بمقدار ١٥ لغاية ٣٠ جراما وإذا كانت الحرارة شديدة أي ٤٠ درجة  
يلف المريض بملاءة مبلولة بالماء البارد بعد عصرها جيدا حتى تنخفض  
الحرارة وينتدب الطبيب لمعالجة باقي الأعراض بما يترأى له

### الارق (عدم النوم)

الارق عرض لأمراض كثيرة ومن أسبابه سوء الهضم .  
والافراط في تدخين التبغ وشرب القهوة والشاي والمشروبات  
الروحية . وقلة الرياضة . والحر الشديد . والحزن والكدر . ولذلك

يعالج بإزالة السبب الذي أوجبه . فيجتنب النوم قبل الهضم والابتعاد عن الأسباب المهيئة المذكورة واستعمال حمام ساخن قبل النوم وإن لم تغد هذه الوسائط استشير الطبيب ولا يترك المصاب بهذا المرض بدون علاج لأنه ربما يكون عرضا شديدا منذرا بحدوث بعض أنواع الجنون

### الصداع ( آلام الرأس )

ويسمى بأسماء مختلفة على حسب منشئه

الصداع المعدي — يعرف بآلام في الجهة أو العين أو حولها يصحبه في بعض الأحيان قيء بعد الطعام غالبا فإن كان نتيجة عسر هضم زال بالقيء وإن لم يكن له علاقة بالطعام زال بتعاطي مسهل من سلفات الصودا بمقدار ٢٠ جراما وتنظيم المعيشة والاستحمام بالماء البارد يوميا إن أمكن والرياضة فإن استمرت آلام الرأس تعالج عند عدم إمكان استشارة الطبيب باستعمال برشام اتيجريبين

(cachetes antigripine) كل ساعتين واحدة للبالغين إلى أن يزول الألم أو برشام الدكتور فيثرف (cachetes Dr. Faivre) فتؤخذ منه برشامة واحدة وبعد ساعة إن لم يحصل الشفاء تؤخذ واحدة أخرى فيزول الألم

الصداع العصبي — يحدث عقب الانفعالات النفسانية ويصيب  
ضعفاء البنية عصبية المزاج ويكون الألم فيه محصورا في قسم واحد  
في الرأس أو عاما على مقدمه . فيعالج باجتناب تعاطي المنبهات  
كالشاي والقهوة والمشروبات الروحية والسر الطويل والأسباب  
الأخرى المذكورة وعند عدم إمكان استشارة الطبيب تستعمل  
أقراص ميجرينين للدكتور أوفيرلاخ

(Tablettes de Migrainine du Dr. Overlach)

فيؤخذ منها قرص كل ثلاث ساعات يذاب في كأس ماء أو أقراص  
الفيناسيتين المركبة (2) (Tabloid Phenacetin compound No. 2) يؤخذ  
منها من ١ الى ٣

الصداع الصفراوي — يعرف بألم يمتد على الجبهة من جانب  
لجانب آخر يصحبه غثيان وقئ صفراوي غالبا ويعالج بتجنب تعاطي  
المأكولات المهيجة للمعدة والمشروبات الروحية ويحسن في هذه  
الحالة تعاطي مسهل من السدلس أو سلفات الصودا

الصداع الحاجبي — يعرف بألم شديد يصيب الجبهة ينتشر  
على نصف الرأس ويأتي على نوب . ومن أسبابه سوء الهضم أو  
الضعف الناشئ من كثرة الحمل والارضاع وعدم انتظام الحيض



والتعيب والبرد والسهر الطويل أو تسوس الأسنان فيعالج بإزالة  
السبب ومراعاة الشروط الصحية و بالمقويات باستشارة الطبيب  
وفي مدة النوبة قد يفيد الضغط حول الرأس بعصابة قد غمرت  
بالماء البارد ( طريقة العوام )

الصداع الروماتيزمي — يعرف بألم في عضلات جلد الرأس  
يزيد عند تحريك عضلاتها ويعالج بعلاج الروماتيزم الآتي الكلام  
عليه

---

## الفصل الثامن

### اصابات الاذن

#### الاجسام الغريبة في الاذن

الاجسام الغريبة التي توجد في الاذن اما أن تكون فيها من الجسم كالصملاخ والدم والصدید واما أن تدخل من الخارج والأجسام التي تدخل فيها من الخارج على نوعين حيوانية كالصرصار وثاقب الأذن والبرغوث وأجنة الذباب ( الدود ) والبهوض وغير ذلك أو غير الحيوانية كياه الحمامات والقطن . والصوف . والورق . والقماش . والطين الابيض . والمعجين . والشمع والزفت . وحبوب الفول . واللوبيا . والحمص . وبذر الخرنوب . والخرز . والرش . وقطع الزجاج . والزلط . واللؤلؤ الخ

فدخول هذه الاجسام الغريبة في الاذن تنشأ عنه آلام شديدة وحى وتشنجات ويمكن أن تسبب الموت ان لم يبادر باخراجها الاسعافات الطبية — تستعمل الزروقات العنيفة داخل القناة السمعية بواسطة محقنة من الكاوتشو أو المعدن فتيار الماء الذي يمر

خلف الجسم الغريب يزحزحه من الخلف الى الامام فتى صار في  
الجزء المتسع من القناة السمعية سقط الى الخارج ويكرر الحزن مرارا  
أياما متوالية اذا تحقق وجود حبات من الرش أو الخرز أو القمح أو  
غيره من الحبوب ويمكن اخراج الجسم الغريب بواسطة الهلال  
المعروف ( أي المعلقة ) أو بواسطة جفت المعروف عند الموم  
( باللقاط ) واخراج الاجسام الحية كالديدان فيكون بواسطة الزرق  
بالماء بالحقنة بعد أن يوضع في الاذن قليل من الصبر أو المر  
وقد يفيد في اخراج الاجسام الغريبة الملسا كالخرز أو اللؤلؤ  
ادخال فرشة صغيرة تغس في الغراء المذاب على النار الى أن تلامس  
الجسم الغريب ومتى تم التصاقها به تجذب فيخرج معها  
وان لم تفد هذه الوسائط استشير الطبيب الاختصاصي

---

## الفصل التاسع

### اصابات العين

#### الاجسام الغريبة في العين

يدخل في العين في بعض الاحيان أجسام غريبة كقطع الفحم الساقطة من مداخن الآلات البخارية وشظايا الحديد والصلب والاحجار وحبوب البارود وقطع الزجاج الصغيرة وحسك سنابل القمح وحبوب الدخن . وهذه الاجسام اما أن تلتصق بنفس كرة العين أو تبقى على سطحها وبحركة العين تختفي أسفل الأجفان فتحدث آلاما شديدة وتدمع فينظر المقلة العين فان لم يشاهد بها الجسم الغريب قلب الأجفان ويرفع منها الجسم الغريب اللاصق بسطح الجفن بقطعة من القطن مغموسة في محلول حمض البوريك أو ماء الورد أو ماء نظيف وان كان الجسم الغريب متغرسا بسطح المقلة وكنت من برادة الحديد الصغيرة استخرج بالمغناطيس الذي يستخرج به قطع الصلب أو الحديد وكيفية ذلك هي أن يبعد الجفنان عن بعضهما وتوضع قطعة المغناطيس أمام الجسم الغريب



المذكور فتلتقطها وبعد ذلك تغسل العين بماء الورد أو محلول حمض البوريك وتفعل هذه الطريقة في الاحوال الاضطرارية التي لا يتيسر فيها استشارة الطبيب وفي غيرها يستشار الطبيب بلا بطء

## الفصل العاشر

### اصابات الأنف

#### الرعاف ( سيلان الدم من الأنف )

يحصل الرعاف اما من صدمة وقعت على الانف أو نتيجة عملية جراحية بداخل الانف أو دخول أجسام غريبة فيه فقد شوهد أطفال أدخلوا حسك السنبيل في خياشيمهم فكان سببا في الرعاف الاسعافات الطبية — يؤمس المريض برفع ذراعه التي في جهة الخيشوم المتزوف وابقائها مرفوعة على رأسه أثناء ضغط المنخر الخارج منه الدم وقائدة هذا الرفع سهولة رجوع الدم من الرأس الى القلب . ثم تجعل الرأس مرتفعا وتوضع على الجبهة مكدرات من الماء البارد أو الثلج او الممزوج بالخل واستنشاق الماء الممزوج بالخل أو بالشب مفيد

وقد يفيد ادخال كرات من القطن مغموسة في الماء المضاف  
اليه الشب وتثبت تلك الكرات بخيط أو يسعط الراءف بمساحيق  
قابضة كمشق الكندر أو العفص أو الكاد الهندي ولهذا المساحيق  
فوائد عظيمة

وان لم تفد هذه الطرق ينتدب الطبيب لعمل ما يحسم الدم  
بمحس بلاوك أو غير ذلك

### الاجسام الغريبة في الخياشيم

#### أي داخل الانف

الأجسام الغريبة التي تدخل في الحفر الأنفية عديدة مختلفة  
جدا كحب الحمص أو الفول أو الاحجار الصغيرة أو الخرز أو قطع  
الخشب أو نحو ذلك مما يلعب به الاطفال في أنوفهم  
العلامات — يحس المصاب بدغدة في باطن الأنف وزكام  
وتعسر مرور الهواء وآلام عصبية في الجهة

الاسعافات الطبية — يستخرج الجسم الغريب بواسطة جفت  
(مقاط) أو بواسطة المعلقة أي الهلال المستعملة في تنظيف الأذن  
أو باستنشاق المصاب بالسعوط (التشوق المعروف) فبالعطاس يخرج

الجسم الغريب . وان لم تجد هذه الطرق استشير الطبيب  
ديدان الانف — يوجد أحيانا في الخيشوم ديدان يحصل من  
وجودها فيه دوار وهذيان وهيجان وتشنجات . والديدان المذكورة  
نتيجة يعض بعض الذباب الذي يدخل في الحفر الانفية فيفقس فيها  
فتعالج بزرق روح التريبتينا مع الماء داخل الحفر الانفية أو بالماء المضاف  
إليه حمض الفينيك بنسبة جرام واحد الى مائة من الماء و بعضهم يستعمل  
نعوطا مسحوقا القيراتروم ساباديللا (Veratrum Sabadilla) وإذا  
أُتفد يستشار الطبيب

---

## الفصل الحادى عشر

### اصابات الاسنان

#### التزيف السني

يحصل التزيف عقب استخراج السن المتسوس مباشرة أو بعده  
يضع ساعات أو أيام ويعالج بالمضمضة بالماء المضاف اليه الشب  
أو عصارة الليمون أو سد السنخ الخارج منه الدم بوضع كرة من  
القطن مغموسة في مسحوق الشب أو يذاب قليل من الجبس النقي  
المستعمل في أجهزة الكسور في قليل من الماء حتى يكون شبه عجينة  
يملأ بها السنخ أو يملأ السنخ بالشمع الاحمر المستعمل في الاختام  
بعد اذابته على النار. واذا لم تفد هذه الوسائط يستشار الطبيب  
بدون اهمال

#### وقاية الاسنان من التسوس

يلزم قبل تناول كل طعام وعند القيام من النوم تنظيف الاسنان  
لازالة المواد التي تبقى بينها من بقايا الاغذية فيفسل الفم اما بالماء  
الصرف أو المضاف اليه عطر النعناع بالاصبع أو ينظف بفرشة ناعمة



أو بالمسواك الناعم وتستخرج بقايا الغذاء بعيدان الخلّة وهي أجود  
من الريش المستعمل بعد غليه في الماء وتنظيف الاسنان أيضا ببعض  
المساحيق البسيطة المكونة من مسحوق الفحم ومسحوق الكينا وعطر  
النعناع أو بعجينة بيير Pâte dentifrice du Dr. Pierre

### تسكين آلام الاسنان في حالة التسوس

تنظف تجاويف الاسنان المسوسة بكرات صغيرة من القطن  
وتسد بكرة من القطن قد غمست في محلول مكون من روح التريبتينا  
وروح الصعتر بمقادير متساوية أو يوضع في ثقب السن المسوس  
قطعة قطن صغيرة غمست في الكريازوت ويختبر من سيلان الكريازوت  
على اللثة وكل هذه وسائل مسكنة . وان لم تفد امتشير طيب  
الاسنان

## الفصل الثاني عشر

### أمراض الحلق

#### التهاب اللوزة

هذا المرض يندر أن يصيب اللوزتين معا والغالب أن يصيب جهة واحدة وإن أصابهما فيصيب احدهما أولا ثم يمتد الى الاخرى والاسباب المهيئة له هي الآفات الجراحية والاجسام الغريبة والمؤثرات العفنة وتعاطي المشروبات الثلجة جدا والتأثيرات الجوية لها أيضا دخل عظيم في احداثه ولذا يكثر في فصل الربيع والخريف بسبب التغير المفجائي لدرجتي الحرارة فيحصل للمريض حمى شديدة ويصير الصوت غليظا أبح أنفيا والتنفس شاقا شخيريا ويحس المريض باحتياج متكرر للتنخم ويتألم مفصل الفك وأحيانا لا يمكنه أن يتكلم فلا يفهم مقصوده الا بالإشارة أو الكتابة

الاسعافات العلاجية الوقية — يعطى المريض مسهلاً من كبريتات الصودا وتوضع له لبخ من بزر الكتان على العنق أو مكدرات بماء ساخن على العنق ويتغرغر بماء دافئ مضاف اليه عصارة

الليمون ويطلى سطح اللوزة بمسحوق الشب المكس وإذا لم تجد هذه  
الوسائط يستشار الطبيب

وفي الأحوال التي تنتهي فيها اللوزة بالضخامة يفضل استعمال  
محلول كيبلر (Soliction Kibler) أو شراب الفعيلة البرية  
(Sirop Raifort iodé) ويستشار الطبيب

---

## الفصل الثالث عشر

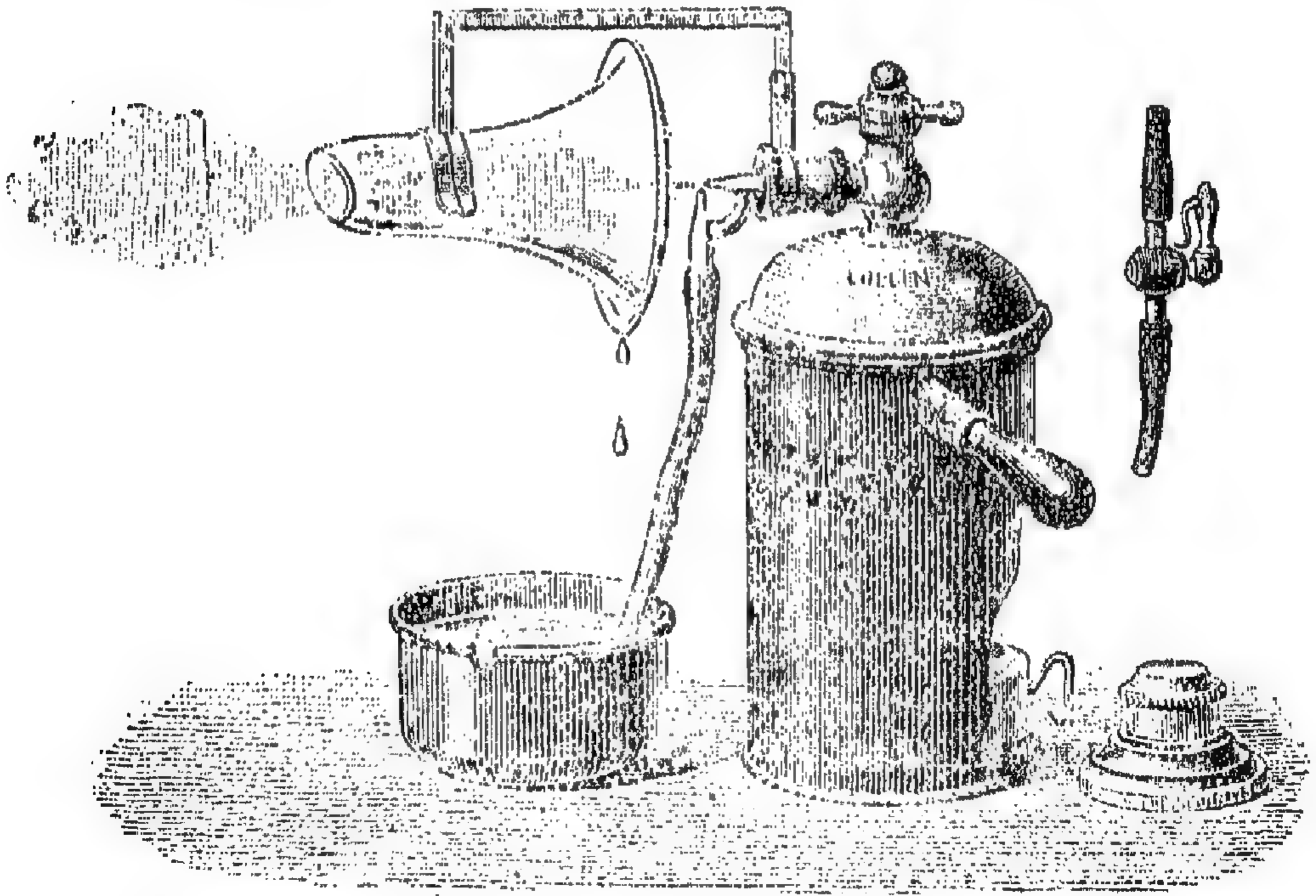
### أمراض واصابات الحنجرة

#### النزلة الحنجرية ( بحمة الصوت )

هذا المرض ينشأ غالباً من تأثير هواء بارد أو استنشاق أتربة أو  
الغناء الزائد أو السعال المتكرر أو الصراخ أو كثرة تناول المشروبات  
الروحية أو الثلجة وقد يكون نتيجة إصابة زهرية أو عرض لمرض  
السل فيعترى المصاب حمى خفيفة وحرقة في الحنجرة ويصير الصوت  
اجح خشناً. ويعالج بتدفئة العنق وحمام قدمي وتعاطي مسهل واستحلاب  
مابس جازيرين (Dragée Gasierine (Dallose من ٦ لغاية ١٠

ملبسات في اليوم وللأطفال من سن ٧ لغاية ١٥ من ٢ الى ٤ في اليوم  
أو أقراص أوريكا (Pastilles Eureka) من ٨ الى ١٢ في اليوم  
وللأطفال من سن ٧ الى ١٥ من ٢ الى ٥ في اليوم  
وقد تستعمل في هذه الحالة الابخرة العطرية من زيت التربينينا  
أو أبخرة المياه الكبريتية كمياه حلوان المعدنية بجهاز مخصوص  
كشكل ٥٢

شكل (٥٢) جهاز بخاري للعاق (Pulvérisateurs)



وان كانت الحالة المذكورة نتيجة الإصابة بالزهري أو السل  
فيستشار الطبيب



### الاجسام الغريبة التي تدخل في الحنجرة

الاجسام الغريبة الداخلة من فتحة المزمار الى الحنجرة كثيرة  
فاما أن تكون من حبوب القمح أو بذور القرع أو الحمص أو اللوبيا  
أو الفول أو من الازرار أو نوى الثمار والكرات ( المعروفة بالبليا )  
أو قطع النقود أو علق الخيل الذي يزدرد مع ماء المستنقعات  
ويعلق بالبلعوم ثم ينتقل الى فوهة الحنجرة والديدان التي تنتقل  
من القناة الهضمية الى المسالك الهوائية أثناء النوم والذباب الذي  
يمكن أن يدخل في هذه المسالك وينشأ عنه الموت كما حصل للببا  
أدريان (Papa Adrien) وعلى العموم متى دخلت هذه الاجسام في  
الفم تجذب بحركة شبيهة بقوة للحنجرة وهذه الأحوال تشاهد  
بكثرة في الأطفال لشغفهم بوضع آلات الملاهي في أفواههم فمتى  
دخل الجسم الغريب في المجاري التنفسية بواسطة المزمار تحصل نوب  
اختناق فجائي فيحمر وجه المريض وتحصل مجهودات تنفسية عنيفة  
وسعال شاق ربما أفضى به الموت

الاسعافات الطبية الوقتية — تحريض السعال والعطاس والقرع  
على الصدر وتنكيس المصاب بحيث يصير رأسه الى أسفل وقدماه  
الى أعلى . وهذه الطريقة معروفة لدى العامة وهي مهمة في الحقيقة

وبها استخرجت عدة أجسام غريبة في أحوال كثيرة بنجاح تام .  
وان لم تجد هذه الطرق انتدب الطبيب في الحال

### الشنق واسعافه بالعلاج

إذا علق انسان بحبل حول عنقه وانقطع الحبل سريعاً قبل  
سقوط الجسم فربما عادت الحياة بواسطة التنفس الصناعي وهو أن  
تسد إحدى فتحتي الأنف ويوضع في الأخرى أنبوبة المنفاخ المعروف  
وينفخ بلطف ثم يضغط على البطن لإخراج الهواء من الرئتين ثلاث  
مرات في الدقيقة ويصب الماء البارد على الوجه وتعمل باقي الإسعافات  
كالتنفس الصناعي ويستدعى الطبيب

### الغرق واسعافه بالعلاج

إذا أخرج الغريق من الماء بعد الغرق بزمن قريب يلزم عمل  
الإسعافات الآتية وهي فتح الفم لإخراج الماء منه واجتذاب اللسان  
بنحو منديل إلى الأمام ونزع الملابس الضيقة حول العنق والصدر  
والقاء المصاب على ظهره ورفع رأسه وكتفيه قليلاً واستنادها إلى  
وسادة واطئة ويعمل له التنفس الصناعي بأن يقبض الذراعين بأعلى

المرفقين ويجذبا بلطف الى الاعلى الى أن يلتقيا فوق الرأس وفائدة هذه الحركة ادخال الهواء الى الرئتين ثم يردان الى جانب الصدر ويضغط بهما عليه لاجراج الهواء من الرئتين ويعاد هذا العمل على التعاقب نحو خمس عشرة مرة في الدقيقة ويداوم مدة طويلة الى أن يأخذ العليل في التنفس ويفرك الصدر والوجه ويصب عليه قليل من الماء البارد والحار على التعاقب وينشق روح النوشادر ومتى أخذ العليل يتنفس يلف بأحرمة من الصوف وتفرك الاطراف تحت الغطا وتوضع له زجاجات مملوءة ماء ساخنا حول الاطراف وعلى المعدة وتحت الابطين ومتى عادت الحياة يسقى كميات صغيرة من الماء الحار ويترك لينام واذا تعسر التنفس بعد ذلك توضع له أوراق خردلية على الصدر والظهر وهذه الوسائط تعمل في كتم النفس والخنق والشنق واذا لم تفد هذه الوسائط ولم تعد الحياة كان ذلك دليلاً على اليأس منها ويعرف ذلك بعلامات الموت علامات الموت — انقطاع النفس وضربات القلب وانطباقي الاجفان انطباقا ضعيفا وعدم تحركها عند وضع طرف الاصبع على مقلة العين وسقوط أطرافه اذا رفعت ويعرف وقوف التنفس بوضع مرآة أمام الفم فلا تتغير

## الفصل الرابع عشر

### أمراض الشعب والرثتين

#### الانفلونزا

مرض حمى معدٍ له ميكروب مخصوص يكثر في زمن الشتاء  
ويصيب الاطفال والرجال ذكورا واناثا على حد سواء

علامات المرض — ذكام شديد وارتفاع درجة الحرارة وآلام  
شديدة في الرأس وآلام عصبية بين الأضلاع وسعال وقلة افراز  
البول

الاسعافات الطبية الوقتية في حالة عدم امكان استشارة الطبيب  
والوسائط الواقية — عزل المريض عن الأصحاء ومقاومة الحمى  
باعطاء مسهل من كبريتات الصودا بمقدار ٢٠ جراما للرجال أو  
كوبه ماء معدني مسهل Villa Gabras وذلك الجسم بروح الكافور  
أو الكولونيا أو الكحول

معالجة آلام الرأس الوقتية في الانفلونزا — يعطى المريض من  
برشام اثيجريبين Caches Antigripine برشامة كل ساعتين



للبالغين الى أن يزول الألم أو أقراص الفيناسيتين المركبة

Tabloid Phenaceline compound No. 2

يؤخذ منها من ١ الى ٣ للبالغين

معالجة الزكام الوقتيه في الانفلونزا — حمام قدمي ساخن مع  
ملح الطعام والحمية أي تناول غذاء من اللبن فقط والراحة ولتخفيف  
المطاس يوضع بفتحتي الانف قطن فورمان Coton-Forman أو دهان  
فتحتي الانف بالرينواين Rhinoline أو استعمال نشوق من الماتول  
Menthol snuff

معالجة السعال الوقتيه في الانفلونزا — استعمال المنقوعات  
الصدرية كمنقوع البنفسج أو الخطمية أو بعض الادوية المجهزة بمعرفة  
الطبيب كالبلسامول Balsamol أو شراب رامى Sirop Rami أو  
نقط رامى Gouttes Rami وان حصل ضيق في التنفس تستعمل  
الحجامة الجافة ( أي كاسات الهواء ) على الصدر والظهر (١)

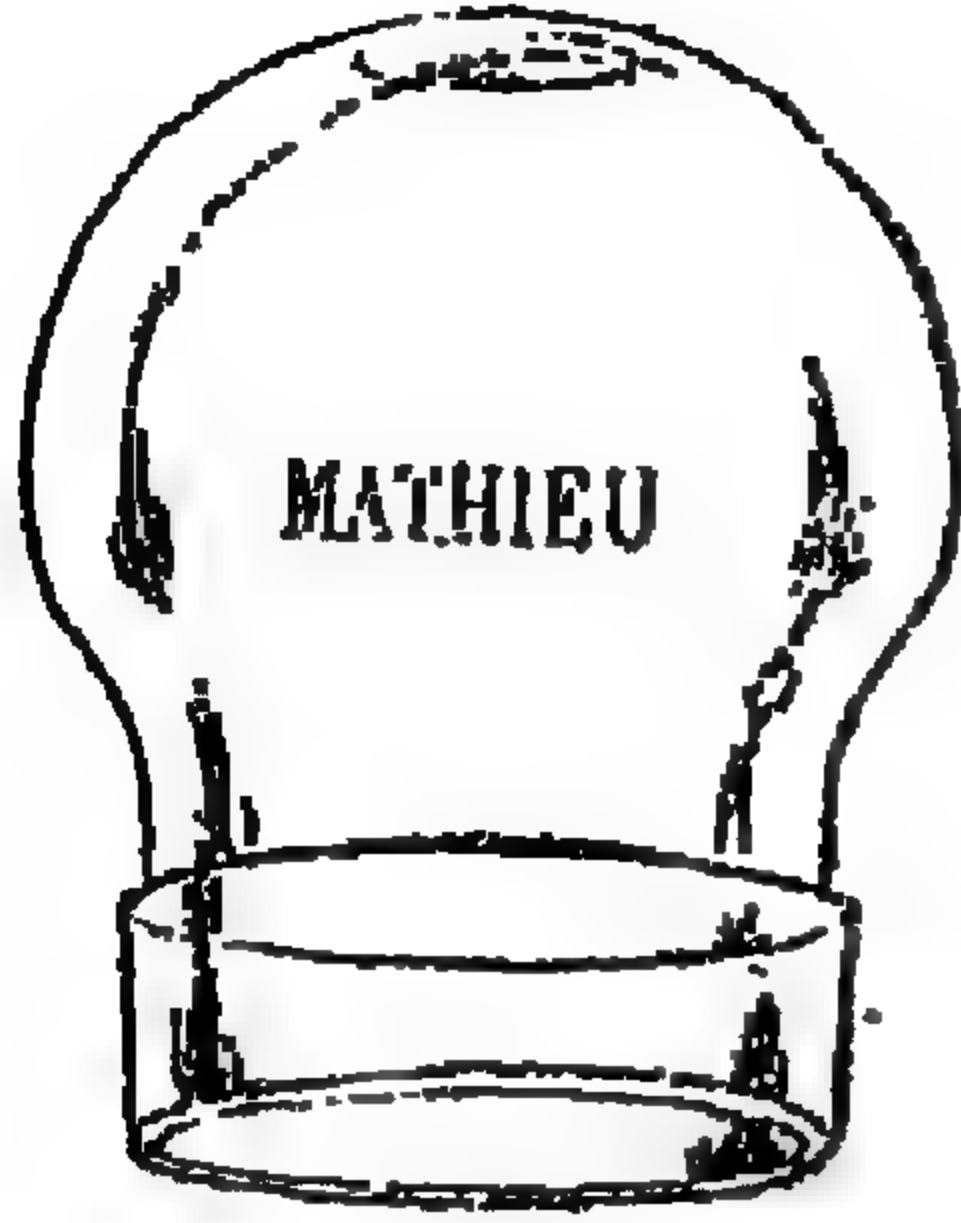
---

(١) وضع كاسات على الجلد بعد اخلائها من الهواء بوضع قطعة من القطن  
أو الورق مشعلة بالنار بداخلها

شكل (٥٣) محجم بحتنية



شكل (٥٤) محجم عادى



وينتدب الطبيب كما قدمنا ليعمل ما يفيد من العلاج

### الربو العصبي ( ضيق النفس )

يشاهد هذا المرض عند الرجال أكثر من النساء وعند الشبان والشيوخ ويندر عند الاطفال وفي أغلب الاحيان يكون مرتبطا بمرض بنبي كالروماتيزم أو داء الملوك ( النقرس ) ومن الأسباب المهيئة لحصوله البرد . أو استنشاق الأتربة المهيجة . والانفعالات النفسانية . والافراط في المشروبات الروحية والتدخين بالتبغ ويأتي على نوب فيصاب المريض في النوبة بضيق في التنفس فيستيقظ من منامه كأنه مختنق ويكون الشيق شاقا صغيرا وفي ابتداء النوبة يكون

الوجه باهتا ثم يزرق من كثرة المجهودات في التنفس والاعين تصير حمراء دامية والتكلم ينقطع والبلغم يكون جافاً أولاً ثم يصير رطباً وتمكث النوبة من ساعة الى ساعتين ثم تخط الاعراض وينام المريض الاسعافات الطبية وقت نوبة الربو — يجلس المريض في ابتداء النوبة منحنيًا نحو الامام وتلك أزرار ملابسه وأحزمته ويعطى له فنجان من القهوة ويحرق له ورق مخصوص ليتنفس من أبخرته وكيفية ذلك أن يوضع ورقة منه على النار ويتنفس من أبخرتها فتزول النوبة ويسمى هذا الورق *Papier anti Asthmatic A. Fontaine* ورق فوتين ضد الربو أو يوضع مسحوق مخصوص يسمى مسحوق ضد الربو *Poudre anti-Astmatique* فيوضع مقدار قليل منه على النار ويستنشق بأبخرته أو يدخن سجائر اسبيك ربع أو ثلث سجارة *Sigarettes Espic* أو سجائر الداتورة

*Sigarettes Pectorales*

وبعد زوال النوبة يستشار الطبيب في معالجة المرض

الزيف الرئوي (أى البصق الدموي)

قد يحصل البصق الدموي من الشعب أو من الرئة بسبب إصابة الشخص بالدرن الرئوي أو مرض رئوي آخر أو عقب مجهودات

زائده كحمل الاثقال أو ما يماثل ذلك ولكن يلزم التأكد من البصق  
الدموي لربما أن يكون من تقرح في لثة الأسنان أو من الخلق  
والعلامة الأكيدة له هي انقذاف الدم الى الخارج أو مختلط  
بالبصاق عقب مجهود السعال والتزيف الشهي دمه يكون أحمر وأقل  
مقدارا من التزيف الرثوي

الاسعافات الوقتية — يؤمر المريض بالسكون وتعاطي المشروبات  
الباردة ووضع الجليد على الصدر بواسطة كيس شكل ٥١ صحيفة ٢٥٧  
وأوراق خردلية على الأطراف وحقنة شرجية من الماء ويستشار  
الطبيب

## الفصل الخامس عشر

### أمراض القلب واصابات المرئ

#### خفقان القلب

يحصل الخفقان من التأثيرات القوية العصبية كالفرح أو الخوف  
أو الحزن أو الانفعالات النفسانية أو من الافراط في الاشغال العقلية  
أو السهر الطويل أو شرب التبغ أو الشاي أو القهوة أو المشروبات



الروحية أو من عسر الهضم أو من مرض في القلب وعلاماته تقطع في ضربات القلب وسرعة في النبض وضيق في التنفس وعرق وبرد الأطراف وأحيانا يحصل غثيان أو اغماء

الاسعافات الطبية والمعالجة الوقية — اجتناب الاسباب التي تحدث المرض وفي وقت النوبة يترك المريض في راحة تامة ويسقى قليلا من ماء الزهر المضاف اليه قليل من نقط الاليتير أو يعطى الفاليدول Valydol بكمية من ٥ الى ٢٠ نقطة مع قليل من الماء وان كان نتيجة امساك اعطى مسهلا من سلفات الصودا أو يعمل له حقنة شرجية وتذلك الأطراف بالكحول وان كان نتيجة عسر هضم فيهاج القى بالاصبع أو يؤخذ قليل من بي كربونات الصودا في قليل من الماء

### الذبحة الصدرية أي ألم القلب

يحصل هذا المرض من جملة أسباب منها الانفعالات النفسانية الشديدة والنفخ في الآلات الموسيقية أو مرض القرص أي داء الملوك والروماتيزم والصرع والتعب الشديد والصعود الى المحلات المرتفعة وعسر الهضم والافراط في شرب التبغ وأمراض القلب

العضوية وعلاماته حصول ألم شديد فجائي شاغل لقسم القلب في محازات الثدي الايسر وألم يمتد نحو الذراع الايسر والعنق

الاسعافات الطبية والوسائط الواقية — ازالة الملابس ووضع الماء البارد على الصدر والذراع بالاندير على قسم القلب وفرك الاطراف واستنشاق روح النوشادر أو نيتريت الاميل وهو الافضل فيوجد داخل زجاجات صغيرة يكسر واحدة منهم على منديل ويشم منه Ampoules Amil Nitrite وفي مدة زوال التوبة يجتنب المصاب الاسباب المهيئة لحصول هذا المرض الخطر ومعالجة المرض المتسبب عنه بما يقرره الطبيب

دخول الاجسام الغريبة في المرئ واسعافها بالعلاج  
قد تدخل الاجسام الغريبة في المرئ وتقف فيه لكبر حجمها كازدراد قطعة كبيرة من اللحم أو الخبز أو الخضروات بدون مضغ كاف وهذا يحصل غالبا من الشيوخ فاقدني الأسنان والمجاذيب ذوي الشره وقد يدخل مع الاطعمة اجسام متوسطة أو صغيرة كشوك السمك وشظايا العظام والابر والمسامير والدبابيس والاسماك الصغيرة الحية والعلق التي تزدد مع ماء الشرب . وقد تدخل هذه الاجسام

في المرى قهراً عن الشخص وتقف فيه وكذا الاسنان المخلوعة وقطع  
المعاملة (التقود) والاسنان الصناعية مع مشابكها أثناء استغراق الشخص  
في نومه العادى أو في حالة السكر أو غير ذلك فتمى حصل ازدراد نوع  
من هذه الانواع الكبيرة الحجم يحصل للشخص عوق في الازدراد  
والتنفس ويحمر وجهه ثم يزرق ويهلك بالاسفكسيا اذا لم يخرج الجسم  
الغريب

الاسعافات الطبية — يلقى المريض على بطنه ويجعل رأسه الى  
أسفل خارجا عن طرف السرير ورجلاه الى أعلى وبعد ذلك يمكن  
أن يخرج الجسم الغريب بثقله أو بالقي بالاصبع وقد يفيد دفع  
الجسم الغريب الى المعدة اذا كان عظيم الحجم مجردا عن الاجزاء  
البارزة بعمل بعض دلكات من الظاهر بمحاذاة الجسم الغريب  
اذا كان محله الجزء العنقى للمرى وقد يستعان على دفع الجسم الغريب  
أيضا بتفنته من الظاهر ان أمكن اذا كان سهل التفنت كالبطاطس  
أو استعمال جرعة من الماء اذا كان قابلا للذوبان كقطعة سكر أو  
صمغ أو استعمال بعض قطع غذائية من نوع الحلوى المعروف عند  
العامة (بزاحة الحلقوم وسد الحنك) اذا كان الجسم الغريب صغير  
الحجم ورفيعا مديا كشوكة السمك أو الابر أو الدبابيس أو جسما

آخر صغير الحجم جداً لانه في هذه الحالة تحيط به البلعة الغذائية  
وينحصر في باطنها وينزل الى المعدة

وقد يستعان على دفع الجسم الغريب الى المعدة بالضرب على  
الظهر وكيفيته ان تعمل عدة صدات على الظهر بجمع اليد بلطف  
ويكون المريض جالساً على أليتيه ويفيد في ازدياد العلق شرب الماء  
المضاف اليه ملح الطعام

وان لم تقد هذه الطرق ينتدب الطبيب

## الفصل السادس عشر

### أمراض المعدة

#### الغص المعدي (أي الألم المعدي العصبي)

الغص المعدي جملة أسباب منها سوء الهضم واضطراب الحيض  
والافراط في تعاطي القهوة والشاي والتدخين بالتبغ أو الاكل المتبل  
كثيراً بالافاويه (البهارات) والمشروبات المثلجة أو تعاطي مواد  
سامة فيحس المريض بضغط شديد في قسم المعدة يسري الى الظهر  
والصدر والكلى والضغط براحة اليد يسكنه قليلاً وربما نشأ عنه قيء



الاسعافات الطبية — اذا كان نتيجة عسر هضم فحصول القيء  
يكفي لزاله وان كان نتيجة سبب من الاسباب الاخرى فتخفف  
الآلام وقتيا بتعاطي قليل من الايتير مع مقدار من الماء محلى بالسكر  
مضاف عليهما قليل من بي كربونات الصودا ووضع مكدرات أو لبخ  
دافئة على قسم المعدة واستشارة الطبيب لمعالجة السبب

### التزيف المعدي ( المعروف بالقيء الدموي )

قد يحصل التزيف المعدي من أمراض القلب أو من وجود  
أجسام غريبة وصلت الى المعدة كقطع زجاج عند الاشخاص الذين  
يتلعون الزجاج ( المعروفين بالسعدية ) أو من وجود ديدان في المعدة  
أو من أمراض أخرى فيحس المريض بألم في قسم المعدة يصحبه قي  
دموي أحمر أو اسود ويكون برازه مسنودا

الاسعافات الطبية — يوضع المريض في حمية تامة أي لا يتناول  
طعاما ما وراحة تامتين في غرفة ذات حرارة قليلة الارتفاع ويوضع له  
كيس من الكاوتشو على قسم من المعدة مملوء بالثلج انظر شكل  
٥١ صحيفة ٢٥٧ وأن يستحلب بعض قطع من الثلج أو يبلعها  
وينتدب الطبيب لمعالجة السبب الذي حدث عنه هذا العارض

## الفصل السابع عشر

### أمراض الكبد

#### اليرقان الكبدي

يحصل هذا المرض بسبب تأثير البرد أو الافراط في المآكل أو من الحصيات الصفراوية فيحس المريض بالام في البطن وامساك وبعد يومين أو ثلاثة يصفر لون الوجه ثم باقي جلد الجسم ويصير البول أصفر فاقعا ويحدث أكالان شديد في الجلد ويصير النبض بطيئا ويبيض لون البراز

الاسعافات — يوضع المريض في حمية تامة ويعطى مسهلا من كبريتات الصودا ومشروبات حمضية كالليموناد الخلية المتخذة من الماء والسكر وقليل من الخل ويعطى مياه فيشى بكثرة أو يعطى مياه كارلسباد ويعالج أيضا بالحقن في الشرج بمحقنة شكل ٣٤ صحيفة ٢٢١ بالماء البارد من كيلو الى اثنين ويكرر الحقن مراراً في اليوم والحمامات الفاترة وتعاطي مدرات البول كسكر اللبن ومقداره

من ٥٠ جرام الى ١٠٠ في لتر من الماء يشرب تدريجياً في اليوم  
ويستشار الطبيب

### المغص الكبدي ( الحصيات الصفراوية )

هذا المرض تندر اصابته للشبان ويكثر بعد سن الاربعين  
خصوصاً بالنسبة الى النساء السمان . ومن أسبابه المعيشة الجلوسية  
وكثرة التغذي باللحوم فتتكون حصيات صفراوية تقف في سيرها في  
القنوات الصفراوية وتحدث المغص المذكور فيحس المريض بآلام  
حادّة ممزقة في محاذاة الكبد فيأتي المريض ويضعف تنفسه  
ويثقأياً وعند سقوط الحصاة في الامعاء تزول هذه الاعراض  
الاسعافات — يوضع المريض في حمام فاتر مدة نصف ساعة  
ويعمل له حقنة شرجية أو يعطى مسهلاً من زيت الخروع ويفيد  
جداً تعاطي زيت الزيتون الجيد كل يوم في الصباح بمقدار فنجال  
وشرب مياه فيشي ويستشار الطبيب

### أمراض الامعاء

#### الديدان المعوية

تولد الديدان في الامعاء من أكل اللحوم غير الناضجة كاللحوم

المعروفة (بالسطرمة والسجق) ولحم الخنزير ومن مياه الشرب غير المرشحة ترشيحا جيدا وبعض أنواع الجبن أو من بعض الخضروات وأنواعها كثيرة نذكر المهم منها وهي

الديدان الاسطوانية — مقرها الامعاء الدقاق وأحيانا تسبح نحو المعدة والمرئ والحفر الأنفية أو الشعب في مدة النوم وينشأ عنها الاسفكسيا (أي كتم النفس) وأشكالها اسطوانية دقيقة الطرفين وطولها من عشرة الى ثلاثين سنتيمتر وهي المعروفة (بشماين البطن)

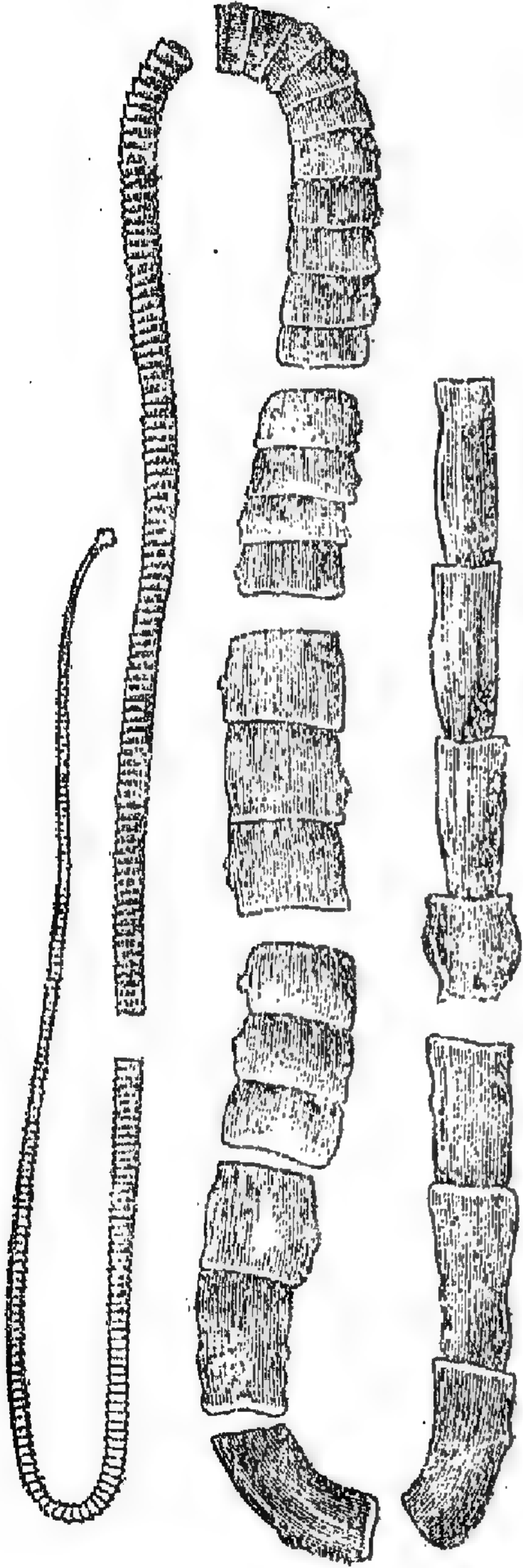
ديدان المستقيم — مقرها المستقيم أو بالقرب منه تشبه دود الجبن دقيقة بيضاء شفاقة اللون وتوجد بكثرة في الاطفال بعد الرضاعة وقد توجد عند الشبان القذرين والشيوخ أيضا

الديدان الشعرية — مجلسها الاعور أو القولون أو المعى الدقاق وهي مخططة عرضا رفيعة

الدودة الشريطية الوحيدة — مقرها المعى الدقاق وقد يصل طولها ١٠ أمتار الى ٢٠ مترا رأسها في حجم رأس دبوس ذات شكل مربع محاطة بصفيين من كلاليب بها تعلق في المعى وهي مكونة من جملة عقل كل عقلة فيها ذكر وأثني



شكل (٥٥) الدودة الوحيدة



علامات وجود الديدان —  
الديدان الاسطوانية (ثعابين البطن)  
اذا صعدت الى الحفر الأنفية أو  
نزلت في الشعب تحدث عسرا في  
التنفس . أما الديدان الخاصة  
بالمستقيم فتحدث تهيجا فيه وآلاما  
ناخسة وأحيانا زحيرا وأكلانا  
شديداً يمتد أحيانا الى أعضاء  
التناسل البولية . وعلى العموم من  
علامات وجود الديدان ازدياد في  
افراز اللعاب وتمدد في الحدة  
وأكلان في الانف ونحافة المريض  
وبهاته لونه ومغص وخروج ديدان أو  
قطع من الدودة الوحيدة وقت  
التبرز

الاسعافات الوقائية والمعالجة — عدم أكل اللحوم الا بعد طبخها  
جيداً والامتناع عن أكل السجق والبسطرمة مع البيض ما لم تطبخ

تلك اللحوم جيدا قبل وضعها مع البيض وخصوصا لحم الخنزير كما قدمنا  
وعدم شرب المياه بدون ترشيح أو غلي . وأما المعالجة من الديدان  
الاسطوانية فيستشار فيها الطبيب وديدان المستقيم تعالج باستعمال  
الحقن بالماء البارد المضاف اليه قليل من الخل في المستقيم وأما الدودة  
الوحيدة فتعالج بلب القرع الكوسة المقشور بمقدار ٥٠ الى ٦٠ جراما  
وبعد ثلاث ساعات من تعاطيه يعطى المريض مسهلا من زيت  
الخروع وأدوية أخرى عديدة تعطى بمعرفة الطبيب

### النزيف المعوي

هو سيلان الدم من الامعاء وخروجه من المستقيم وأسبابه  
كثيرة منها البواسير أو أمراض الكبد أو الدرن فيصاب المريض  
بدوار وبرودة في الاطراف وقد يغشى عليه

الاسعافات الطبية — يؤمر المريض بالاستلقاء على الظهر  
والحمية وتوضع على بطنه مكدرات باردة أو كيس كاوتشو مملوء ثلجا  
أنظر شكل ٥١ صحيفة ٢٥٧ ويسقى بالسوائل الباردة الحمضية  
كشراب الليمون أو تعمل له حقنة من الماء البارد الصرف وينتدب  
الطبيب

### الاسهال البسيط

من أسبابه تناول الأطعمة الرديئة والافراط في المأكل وأكل  
الفواكه الفجة والبرد والرطوبة والحرارة والاشغال الشاقة وسوء الهضم  
الاسعافات — يعطى المصاب مسهلا من زيت الخروع ومنقوع  
الشاي مضافا اليه عصارة الليمون ووضع وضعيات ساخنة على البطن  
وتعمل له حقنة في المستقيم بالماء الفاتر المضاف اليه قليل من النشاء  
ويلتزم الحمية ويستشار الطبيب

### الدوسنتاريا

يسرف هذا المرض بكثرة التبرز ونزول المواد البرازية قليلة  
مختلطة بمواد دموية مخاطية مصحوبة بزحير وتعن يسبقه مغص  
الاسعافات الطبية — تعاطي مسهل من سلفات الصودا أو  
زيت الخروع ووضع وضعيات ساخنة على البطن كوضع كيس مملوء  
بالنخالة الساخنة على البطن أو وضع كيس من الكاوتشو مملوء ماء  
ساخنا لتدفئة البطن والتغذي بالامراق واللبن المضاف اليه ماء الجير  
والماء الزلالي المكون من خفق زلال أربعة بيضات في لتر ماء وقد

يستعمل بنجاح في مرض الدوسنتاريا البسيطة أقراص الكوزام  
El Kosam بمقدار ١ الى ٣ فيوقف المرض وينقطع سيلان الدم  
وان لم تفد هذه الوسائط استشير الطبيب

### الامساك

هو احتباس البراز في الاوقات الاعتيادية وبسببه يصاب الانسان  
بأنحطاط زائد في عموم الجسم وآلام في الرأس واضطراب في  
الاعصاب من الامتصاص العفن واهمال معالجته من الأسباب  
المهيئة لسرعة الهرم والشيخوخة ومن أسبابه تعاطي المأكولات العسرة  
الهضم وكثرة الجلوس وعدم الرياضة والاشغال العقلية الشاقة

الوسائط العلاجية — تحديد وقت للتبرز كل يوم والاجود أن  
يكون ذلك في وقت الصباح والتقليل من أكل اللحوم والاكثر  
من أكل الخضروات والفواكه واجتناب الاغذية العسرة الهضم  
واستعمال حمامات باردة أو فاترة من وقت لآخر حسب اعتياد  
الشخص وعدم النوم قبل تمام الهضم والرياضة يوميا وتعاطي المليينات  
عند الضرورة وعدم تعود استعمالها لان الاكثر منها قد يضر  
وأنواع المسهلات عديدة لكنها تعطى بحسب الحالة المرضية بآءشارة



الطبيب وفي الاحوال التي لا يتيسر فيها استشارة الطبيب يكفي للحصول الاسبال في الاحوال البسيطة اعطاء مسهل من سلفات الصودا من ١٥ الى ٣٠ جراما مذابة في كوب ماء فاتر أو مياه معدنية مسهلة مثل فيلا كبرا . وتوجد جملة تراكيب مسهلة مجهزة تستعمل عند الضرورة تفيد أولا ولكن بتكرار استعمالها قد لا تأتي بالنتيجة لان الانسان اذا تعود على شيء يكاد لا يتأثر منه فيما بعد وعلى ذلك جهزت أقراص القاريلاكسين Varilaxine المستعملة في الامساك المزمن موضوعة في خمس زجاجات صغيرة داخل علبة وتلك الزجاجات منمرة من نمرة ١ الى نمرة ٥ فيؤخذ أولاً لازالة الامساك قرص واحد من نمرة ١ وفي ثاني دفعة يؤخذ قرص من نمرة ٢ وهكذا بالترتيب الى نمرة ٥ ثم يعود الى نمرة ١ وهكذا

وأما أنواع المجهزات الاخرى فعديدة منها

أقراص شتلجيون Chatel-guyon Miraton

حبوب فيجيتالين Végétaline dubou

أقراص كاسكاراميدي Cascara Midy

حبوب فالس Grains be Vals

ومقادير كل منها واضحة على غلافاتها

وتوجد أقراص سكرية لذينة الطعم سهلة التعاطي خصوصا  
عند الاطفال وهي

Fructins - Vichy

أقراص مربى فيشى

Tamar indien

أقراص التمر هندي

ومقاديرها موضحة على غلافاتها

وقد يفيد في الامساك المصحوب باحتقان باسوري تماطي  
مسحوق العرقسوس المركب Poudre de Reglisecomposé كل ليلة  
بمقدار ملعقة مربى في كوب ماء عند النوم

والانفع للمصاب بهذه العلة أن يتبع التدبير الغذائي الذي  
سيأتي الكلام عليه في الغذاء المرضى ويزاد على ذلك استعمال  
مياه شاتلجيون في حماماتها المعدنية لمن يمكنه ذلك لان هذه المياه  
وطرق غسل الامعاء بها مفيدة جداً في ضعف الامعاء الذي هو من  
أسباب الامساك راجع صحيفة ٩٩ من هذا الكتاب على مياه  
شاتلجيون

### التهاب الاعور

التهاب الاعور له أسباب منها الامساك الناشئ من تجمد الفضلات  
في الاعور فتكون سببا في التهابه أو وجود مواد غريبة انغrust فيه

كشوك السمك أو بعض القطع العظمية الصغيرة التي تبتلع مع الاغذية  
فيصاب المريض به بألم في الحفرة الحرقفية اليمنى يزداد بالضغط  
ويحصل فيه ورم يحس بالأصبع إذا وضع عليه وامسك شديد وينتهي  
هذا الورم اما بالتحليل أو بالتقيح

الاسعافات الوقائية — يأنزم المريض الراحة الدائمة والحمية  
الشديدة وتعمل له الوضعيات الجليدية على الورم ويستشار الطبيب  
ليأمر بالعلاج اللازم . واني أشير على من كان عنده استعداد للإصابة  
بهذا المرض باستعمال غسيل الامعاء بمياه شاتلجيون في حماماتها  
المعدنية وشرب مياهها بها

### البواسير

أسباب البواسير كثيرة منها الامساك والمعيشة الجلوسية وأكل  
الاطعمة المطبوخة بالافاويه كالفلفل والشطة وأمراض أخرى فيحس  
المصاب بجسم غريب في المستقيم وألم شديد خصوصا عند التبرز  
يصحبه نزول الدم منه وقت التبرز أيضا اذا كان مصحوبا بنزيف  
الاسعافات والوسائط الصحية — اجتناب الأسباب المهيئة  
لحصول هذا المرض واعطاء مسهل من زيت الخروع أو من سلفات

الصودا وتخفيف الآلام بوضع الاقماع أو المراهم الآتية المجهزة في حالة اذا لم يمكن استشارة الطبيب وهي

أقماع البواسير لميدي Suppositoires Hémorroïdes Midy

أقماع روير Suppositoires de Royer

أقماع الهازيلين المركبة Hazeline Suppositoires

فتوضع هذه الاقماع بعد ازالة غلافها وتدخل في فتحة الشرج من قمع الى ثلاثة في اليوم لتخفيف الآلام وتحسين حالة الاحتقان الباسوري

ويلزم وضع الاقماع في اناء به ماء بارد لثلاث ذوب من حرارة الجو

وان لم يتيسر الحصول على تلك الاقماع فيستعمل دهان روير Pommade de Royer مرتين أو ثلاثا في اليوم

وان كانت البواسير ظاهرة ومحتقنة جداً تعمل مكدمات فاترة من منقوع البابونج مع رؤس الخشخاش (ايجي التوم) مضاف اليها بعض نقط من الكريولين وينتدب الطبيب ليأمر بما يراه



## الفصل الثامن عشر

### أمراض الكلى

#### المنص الكلوي

هو نتيجة حصيات ملحية تكون في نقط مختلفة للمسالك البولية ونشاهد في الاشخاص الذين يتعاطون الاطعمة الحمضية بكثرة واصابته لرجال أكثر من النساء وللأغنياء أكثر من الفقراء وعلامات وجود الحصيات المذكورة مختلفة فبعض الاشخاص يشاهد عندهم خروج رمل مع البول بدون أن يصاحبه أدنى اضطراب وبعضهم يعتريه منصف كلوي شديد يأتي على نوب وفي مدة النوبة يعترى المصاب قيء وألم شديد جدا يمتد نحو الاوربية ويحتبس البول الاسعافات الطبية — يوضع المريض في حمام ساخن ويعمل له حقنة شرجية ويعطى كوب ماء مضافا عليها عصارة الليمون وقليل من بي كربونات الصودا محلاة بالسكر ومياها قلوبه كياه فيشي ومنقوع استجمعات الذرة الشامية (شواشي الذرة) وقد يفيد استعمال منقوع بزر الخلة يؤخذ كل يوم فنجال في الصباح ومثله في النساء

ويستشار الطبيب ويتبع التدبير الغذائي الذي من ذكره في الغذاء  
المرضي لهذا المرض

### البول اللبني للبلاد الحارة

يصيب هذا المرض النساء أكثر من الرجال والبيض أكثر  
من السود فيكون البول ذا لون أبيض كاللبن وسببه وجود ديدان  
صغيرة والوسائط الصحية التي تعمل في هذا المرض هي تغير هواء  
البلد أو الاقليم وشرب المياه القلوية كياه فيشى والحمامات البحرية  
ويستشار الطبيب

### احتباس البول

احتباس البول له أسباب منها وجود أجسام غريبة في المثانة  
أو في قناة مجرى البول (حصاة) أو من حالة نزلية في المثانة فتحدث  
للشخص المصاب ألم شديد وتعالج بإزالة السبب والحمامات الفاترة  
واستعمال المشروبات المدرة للبول كسكر اللبن من ١٠ جرامات  
الى ٥٠ جراما مذابا في الماء وقائده حصول الاسهال وادرار البول  
أو منقوع عرق النجيل وان لم تفد هذه الوسائط ينتدب الطبيب  
لقسرة المصاب ومعالجته بمعرفة

## الفصل التاسع عشر

### أمراض الرحم

#### عسر الحيض والمنص الرحمي

عسر الحيض ينشأ عن أسباب كثيرة تشخص بمعرفة الطبيب فيحدث عند الإصابة به آلاما رحمية قطنية تكرر في كل حيضة وتكرار البول وزحيرا وربما حصل قي وتزول تلك الاعراض بنزول دم الحيض وتعالج وقتيا باستعمال حمام ساخن مضاف اليه قليل من مطبوخ رؤس الخشخاش ( أبي النوم ) وذلك البطن بزيت البابونج وتعطى بالبخ الحارة وحقنة شرجية ويستشار الطبيب

#### التزيف الرحمي

قد يخرج الدم من الرحم في غير زمن الحمل وقد يحصل التزيف عقب الحيضة ويستمر الى الحيضة الاخرى والاسعافات التي تعمل هي أن تلقى المريضة على ظهرها ويوضع لها منخدة أسفل الحوض وتعطى مشروبات باردة من الماء وعصارة الليمون محلاة بالسكر

ويوضع لها رقائد مبتلة بالماء البارد على البطن تغير كل خمس دقائق  
أو كيس من الكاوتشو محتو على قطع من الثلج على الجزء الأسفل  
من البطن ( أنظر شكل ٥١ صحيفة ٢٥٧ ) وحقن في المستقيم بماء  
بارد وينتدب الطبيب

### تدبير صحة الحامل

راجع تأليفنا الاسعافات الطبية من صحيفة ١٥٧ لغاية ١٦٥

### مواقب الولادة

يلزم لضبط تاريخ ميلاد الولادة أن تسأل المرأة عن آخر يوم  
اتتهى فيه الحيض الاخير فاذا كان آخر حيض للمرأة في ١٤ رمضان  
تضاف ٧ أيام على هذا التاريخ أي  $١٤ + ٧ = ٢١$  فيعرف  
إذا أن المرأة تضع حملها في ٢١ جمادى الثانية

ومثل آخر اذا فرض ان تاريخ آخر حيض انتهى في ٢٩ يناير  
يضاف ٧ أيام على هذا التاريخ  $٢٩ + ٧ = ٣٦$  وبما ان شهر  
اكتوبر ٣١ يوما فيكون الوضع في ٥ نوفمبر وهكذا ومع ان هذا  
الحساب تقريبي فالفرق لا يتجاوز خمسة أيام تقدما أو تأخرا



## الفصل العشرين

### أمراض المثانة

#### البول الدموي ( البلهارسيا )

هو مرض كثير الوجود بمصر سببه حيوان مخصوص يصل الى الانسان بواسطة مياه الشرب غير المرشحة أو في بعض الأغذية النباتية كما قدمنا الكلام على ذلك راجع صحيفة ٩٥ من هذا الكتاب وحيوان هذا المرض لا ينحصر على وجوده في المثانة بل يوجد في المستقيم وفي قناة مجرى البول وينتقل للكلى والكبد وتحدث عنه أعراض رديئة جدًا كآتهاب المثانة والكلى والمستقيم ونزيف كلوي أو مثاني في بعض الأحيان وحرقة شديدة وقت التبول وزحير وأورام في المستقيم وغير ذلك . وقد جرب في علاجه كثير من الأدوية كخلاصة السرخس المذكور حتى علاج ( ٦٠٦ ) وغير ذلك من الأدوية ولكنها لم تفد . وكل الأدوية التي يقاوم بها هذا المرض

مسكنة فقط ولذلك يلزم هذا المرض المصاب به عدة سنين يقاسي فيها العذاب ولذا عدوه من الامراض التي تحتاج معالجتها المفيدة للبحث والتنقيب . وأهم الوسائط الصحية الوقاية التي تعمل الآن هي تجنب شرب المياه بدون ترشيح واجتناب أكل الخضروات مثل الفجل والجرجير وما يماثلهما بدون غسلها بالماء المنفلي مراراً وتلافي العوارض بالعلاجات المسكنة بمعرفة الطبيب  
وليعلم ان وصول حيوان هذا المرض للجسم يكون من امتصاص الجلد له بالاستحمام بماء الانهر فيلزم اجتنابه بتاتا

---

## الباب السابع

### امراض الجلد

#### سقوط الشعر

قد يسقط الشعر بسبب ضعف البنية أو عقب حصول الحميات وعلاجه تقوية البنية وغسل الرأس صباح كل يوم بالماء البارد وفركه بمنشفة خشنة حتى يحمر الجلد أو بواسطة فرشاة ويستعمل دهان الكابتال بالفرشة Captal أو دهان آخر مفيد جدًا يسمى كاييلينيا للدكتور بوهر Capilitia du Dr. Pohr أو دهان زيت البندق والكنينا المجهر Huil du Noisette au quinquina ويستعمل للاطفال المويل Moelle de Bœuf

ولما كان الشعر من متممات زينة النساء التزمنا ذكر هذه الفوائد المهمة التي نحفظه من السقوط للانتفاع بها

### الاجزىما

مرض جلدي علامته احمرار الجلد وأكلاّن فيه ووجود  
حويصلات صغيرة تفرز سائلاً مصلياً  
الاسماقات الطبية — يذر على سطح الجلد مسحوق النشاء أو  
مسحوق الارز أو يغسل المحل المصاب بالماء المضاف عليه بي كربونات  
الصودا بنسبة ١٠ جرام في المائة أو دهان الجليسرين النشوي  
المصنوع من مزج الجليسرين مع النشاء على الحرارة وان لم تفد هذه  
الوسائط استشير الطبيب

### القوبه الصفراء

يعرف هذا المرض بتقط حمراء ذات أكلاّن ووجود بثور  
صغيرة تتهزق ويخرج منها سائل يحف ويكون قشوراً صفراء وهذا  
المرض يشاهد كثيراً في الاطفال فتغطي وجوههم بقشور منفصلة  
فتعمل لهم لبخ من دقيق البطاطس ويغسل القوب بمطبوخ الخبيزة  
ويذر عليه مسحوق النشاء أو تدهن بالجليسرين مع القطران وان  
لم تفد هذه الوسائط استشير الطبيب



## الدمامل والخراجات

اما أن تكون مفردة أو متعددة وحجمها يختلف صغراً وكبراً من الحمصة الى البيضة وتظهر في مؤخر العنق وتحت الأبط والاليتين فيحمر الجلد أولاً ثم يتقيح فلتخفيف الآلام يدهن الدمى بصبغة اليود ويوضع عليه لبنخ بذر الكتان حتى يتم التقبىح أو يزول وتعمل هذه الاسعافات في الخراجات كخراجات الثدي وغيره ويستشار الطبيب

## الجرب

هو مرض معد يعرف بوجود حوىصلات ذات أكوان شديد وسببه وجود حيوان مخصوص يسمى (اكاروس) ومجلس الجرب يكون عادة بين الأصابع وثنيات المفاصل والاليتين والعدوى به تحصل بواسطة ملابس المصابين به أو من اختلاط المرضى بالأصحاء وقد تكون عدواه للانسان من بعض حيوانات كالكلاب فاتها تصاب بهذا المرض وبمخالطتها الانسان ينتقل المرض اليه .

الاسعافات الطبية — عزل المريض عن الأصحاء وغلي الملابس الخاصة به وكذا الفراش يطهر اما بوضعه في آلات التبخير أو

احراق قش المراتب وغلي أكياسها وذلك الجسم بالصابون الاسود  
مدة نصف ساعة ثم غسله بالماء ودلكه بمرهم الكبريت أو بمرهم الميعة  
السائلة وبعد الدهان بساعتين يغسل بالماء الفاتر والصابون الفينيكي  
ويكرر هذا العلاج مع تغيير الملابس يوميا وان لم يفد يستشار  
الطبيب

### الفمل

يوجد منه ثلاثة أنواع قمل الرأس ويعالج بقص الشعر وغسل  
الرأس بالصابون ثم ذر مسحوق بذر البقدونس . وقمل الجسم  
ويزول باستعمال الحمامات الكبريتية كياه حلوان وقمل العانة الذي قد  
ينتشر في اللحية وتحت الأبط وشعر المستقيم ويعالج بالدهن بالمرهم  
لزيوت بكمية خفيفة جدًا والحمامات الكبريتية

---

## الباب الثامن

---

### الاغذية في الامراض

معرفة كيفية التغذية في الامراض أمر ضروري جداً لان العلاج لا يفيد المريض بدون معرفة الغذاء المناسب له

الغذاء في مرض التهاب اللوزة  
وأمرض الحنجرة (الدفتريا)

الغذاء في هذه الامراض يكون من الاغذية السهلة البلع مثل  
اللبن الساخن ومطبوخ الارز ( المعروف بالمهلبية ) وصفار البيض  
الممزوج مع اللبن

الغذاء في أمراض ضيق المريء  
ضيق المريء ينشأ من الإصابة بالسرطان أو خلقة فيمنع مرور

الاغذية وعلى حسب درجة هذا الضيق يلزم استعمال طرق خصوصية للاغذية ففي أحوال الضيق البسيط تستعمل الاغذية السائلة أو الرخوة كاللبن والبيض والامراق وتكون تلك الاغذية دافئة أي بين البرودة والحرارة وتعطى للمريض كل ساعتين أو ثلاثة ويمكن مساعدة ذلك بواسطة حقن الاغذية السائلة في المستقيم بواسطة الحقن الشرجية أو بواسطة أنابيب تدخل في البلعوم بواسطة الطبيب وإذا لم تفد هذه الطرق وكان المريض آخذاً في الضعف تعمل له عملية جراحية أي فتحة في المعدة بواسطة الجراح لتغذية المريض منها وهذه العملية بسيطة لا خطر فيها

### الغذاء في حالة زيادة الحموضة في المعدة

أو وجود قروح بها

يلزم الاعتناء الزائد بصنع الاطعمة والراحة بعد الانتهاء من الاكل وغذاء هؤلاء المرضى يكون مركباً من الالبان الباردة أو الساخنة والامراق والجبن الجديد والبيض ( البرشت ) والمواد التشنوية والخضروات الناضجة والفواكه المطبوخة غير الحامضة والمياه المعدنية كماء اثيان ومنقوعات الزيزفون أو البابونج



أما الاغذية المتنوعة في هذه الحالة فهي الطيور المصيدة وجميع  
اللحوم المملحة كالسردين والاسماك الدسمة والحيوانات الصدفية  
كأم الخلول وعيش الغراب والحبيض والطماطم والحمص واللوييا  
الخضراء وأنواع السلطات الخضراء والفواكه غير الناضجة والكاكاو  
والشكولاته والحلويات واللبن الحامض والبهارات والخل والجبن  
الكثير الملح والمشروبات الروحية ومتنوع الشاي

### الغذاء في حالة تمدد المعدة

الغرض من ترتيب الغذاء هو عدم ازدحام المعدة بالطعمة وعدم  
حصول أي تخمير بها .

الاغذية الصالحة لهذا المرض — اللحوم المفرومة الناضجة جيدا .  
البيض . البقول المهروسة Purée وبعض الفواكه المطبوخة وشرب  
الماء قليلا بحيث لا يتجاوز ثلاثة أرباع اللتر في اليوم ويمتنع المريض  
من استعمال الشوربة والامراق وشرب الماء يكون بعد الاكل  
بساعتين على الاقل ويمكن تعاطي بعض المنقوعات الساخنة مثل  
متنوع الشاي أو البابونج أو الزيزفون قبل الاكل وبعده . ويجتنب  
تعاطي المشروبات الغازية مثل الكازوزه والصودا وتأخذ الاغذية

على دفتين بعيدتين عن بعضها بمقدار سبع ساعات فتؤخذ مثلا  
في الظهر وفي الساعة ٧ مساءً أما في الصباح فيؤخذ غذاء خفيف  
جدا في الساعة ٨

### الغذاء في الدسبسيا ( سوء الهضم )

الدسبسيا هي سوء الهضم الناشئ من جملة أمراض كالسل  
الرئوي وأمراض الكلى والمثانة والقلب والأمراض العصبية على  
اختلاف أنواعها وأمراض أخرى

يلزم أن يكون الاكل بتأن وجودة المضغ والاقبال من الشرب  
أثناء الاكل وغسل الفم والاسنان وتنظيفها بعد كل أكل والاستراحة  
مدة نصف ساعة على الأقل بعده بأن يضطجع على كرسي ولا بأس  
بالحديث الخفيف وترك الشغل والنوم في هذه المدة

الاطعمة النافعة في حالة سوء الهضم — الامراق . برقة دجاجة  
أو شربة خضار أو أرز أو شعرية أو بيض برشت . لحوم مشوية  
كلحوم الضأن والمعجول والدجاج البلدي والرومي . المنخ والاسماك  
المقلية منزوعة جلودها . ومن الخضروات . البطاطس المسلوق أو  
المهوك . كراث أبو شوشه . اللويا الخضراء . البسله . الشكوريا .

الباميا . القرنييت . ومن المواد التشوية . المكرونة الناضجة . الشعرية .  
الارميك . التايوكا . الارز . الجبن الابيض الجديد . جبنة جريشيرا  
أو هولانده والفواكه الناضجة واللبن الحامس حديثا المعروف بابن  
الزبادي والخبز المحمص . ومن المشروبات : مغلي البابونج والزيزفون  
وورق البرتقال والمياه المعدنية كماء احيان أو الماء العادي

الاطعمة الضارة في مرض سوء الهضم — السلطة الخضراء . البهارات  
الخل . عجة البيض . لحم الارنب . الاوز . البط . العصافير .  
ومن الاسماك : الاسماك الصدفية . كأم الخلول والجندقلي . ومن  
الخضروات . الحمص . الهليون . الباذنجان . عيش الغراب . الفطورات  
الدسمة . الجبن الدسم مثل رو كفور . الفواكه الفجة والحامضة .  
والدسمة مثل اللوز والجوز والبندق . والمشروبات الروحية بأنواعها .  
والمياه المعدنية الغازية

### الغذاء في الاسهال والدوسنطاريا

يعطى المريض الماء النقي أو المضاف عليه كمية خفيفة جدا من  
اللبن أو ماء الارز أو الماء الزلالي أو منقوع الشاي ولا يحسن أن  
يعطى الماء باردا لئلا يزيد الآلام والتعني . وعند تحسن الحالة يمكن

التصريح باعطاء شوربة الارز الخفيفة أو الاراروط ثم بعد ذلك يضاف الى الشوربة قليل من اللبن و بعدها يصرح بالتدريج بأخذ شوربة خضار أو شوربة دجاجة

### الغذاء في الامساك المزمن

أهم علاج للامساك المزمن هو جودة ترتيب الاغذية الصالحة لدفع هذا المرض

الاغذية الجائزة في الامساك — لبن الزبادي . مصبل اللبن ( الشرش ) الجبن الحديث العهد . الزبدة . عسل النحل . سكر اللبن . زيت الزيتون . الشعير . خبز الشعير . الخضروات الجديدة وكذا الفواكه خصوصا العنب . الماء البارد في الصباح . بعض اللحوم البيضاء كالدجاج . صفار البيض

الاغذية الممنوعة في الامساك — اللحوم الحمراء . بياض البيض . اللبن العادي . المسلي . التشا . الارز . الخبز غير الناضج . الشاي

---



### غذاء المرضى بالبواسير

المستعمل في هذا المرض هو الغذاء اللبني والخضروات ويلزم الامتناع عن تناول الفلفل وعموم البهارات نحو الخردل والقرفة والقرنفل

### الغذاء في ارتخاء الامعاء

يلزم في هذا المرض تناول اللحوم المهروسة المشوية والبيض البرشت والخبز الناشف والقهوة مع اللبن والشوربة والمربات والشاي ويجتنب أكل اللحوم المسلوقة والخضروات والارز والفواكه كالعنب والبيض المقلي والنكد والسلطة واللبن لعدم قوة الامعاء على هضمها

### الغذاء في البول السكري

أهم شيء في معالجة هذا المرض ترتيب الغذاء بالكيفية الآتية الاغذية الموصى بها في مرض البول السكري — جميع اللحوم الجيدة وكذا الاسماك والبيض والاسماك المحفوظة بالزيت كالسردين بكمية قليلة والزبدة والقشطة وأنواع الحين جميعها وزيت الزيتون . ومن الخضروات : الكراث . الشكوريا . الخرشوف . القرنبيت .

الكرفس . الهندباء . البطاطس . الجرجير . الفجل . الكرنب . السبانخ .  
الفصوليا الخضراء . الخبز المخصوص الخالي من النشاء . البيض .  
ومن المشروبات : ماء احيان أو ماء فيشى أو ماء عادى ومنقوع  
الزinzفون أو منقوع البابونج والشاي والقهوة بدون سكر أو محلاة  
بالسكرين

الاغذية المحظورة في البول السكري — اللحوم العفنة . السكر .  
الشكولاته . جميع أنواع المربات والحلويات . اللبن . العيش العادى  
المكرونة . الشعرية . التايوكا . السلطة المصنوعة من الدقيق .  
البرغل . البسلة . الفول . العدس . الذرة . الطماطم . البنجر .  
الجذر . عيش الغراب . ومن المشروبات : البيره الانجليزى والالماني  
المادير . نبيذ ملجا . الشرتروز . وعلى العموم جميع السوائل السكرية  
ما عدا السكرين

الغذاء فى مرض النقرس والحصىات الكلوية

والاملاح البولية

الغذاء المستعمل فى هذه الامراض هو اللبن والخضروات وهاك

بيان الاغذية المباحة والممنوع استعمالها

الاغذية المصرح بها — الالبان . الجبن الجديد . البيض .  
النشا . الفطورات . البطاطس . الارز . السكر . الخضروات الجديدة .  
الفواكه الجيدة كالكرينز وعصير العنب . متنوع استجماعات الذرة  
الشامى ( المعروف بشواشي الذرة ) . متنوع عرق النجيل . عصير  
الليمون . ماء افيان ويجوز مع الاحتراس أكل لحوم الدجاج وأسماك  
نهر النيل فقط وبيض الأسماك ( المعروف بالبطارخ الجيد غير المملح )  
الاغذية الممنوعة — اللحوم الحمراء . الكبد . المخ . الكلى .  
خلاصة اللحوم . السبانخ . اللويا . البنجر . الحمص . البسلة . الهليون .  
عيش الغراب . الشكولاته . الشاي . القهوة . السلطة . الطماطم .  
البصل . الباذنجان . اللويا الخضراء . وهاك ترتيب الغذاء

غذاء الصباح — لبن وعيش وزبدة وفنجان منقوع عرق النجيل  
غذاء الظهر — بطاطس ممهوك . بيض برشت . مكارونه  
مسلوقة . مربة التفاح أو الخوخ . بسكويت ناشف  
خبز . ماء افيان . كوبة منقوع شعير محمص . لحوم  
فراخ أو أسماك

غذاء العشاء — شوربة البطاطس . ارز بالقرنيط . سلطة خص .  
برتقال . خبز . ماء افيان . منقوع الزيزفون

## الغذاء في البول الزلالي

أهم علاج لهذا المرض استعمال الغذاء بالكيفية الآتية

يعطى المريض أول يوم ٢٠٠ جراما من اللبن المثلج وصفار  
بيضتين ويزاد مقدار اللبن يوميا ١٠٠ جرام وصفار بيضة الى أن  
يصل ١٠٠٠ جرام وصفار البيض الى ٨ بيضات وفي اليوم السابع  
يعطى ارزا بلبن بمقدار ١٠٠ جرام مع الزبدة ويزاد مقدار الارز  
واللبن يوميا الى ٤٠٠ جرام في اليوم وبعد اسبوعين يغذى باللحم  
المسلوق ثم بعد اسبوعين يعطى صفار ٨ بيضات و ٢٠ جراما من  
السكر ولتر لبن و ٧٠ جراما من اللحم المسلوق و ٤٠٠ جرام من  
الارز واللبن

## الغذاء في الروماتيزم والالم العصبي الوركى عرق النساء

وفي أحوال زيادة حمض البوليك في البول

الاغذية الجائز استعمالها — الالبان . الجبن الجديد . البيض  
لحوم بيضاء مع الاحتراس . الفطورات . البطاطس . الارز . السكر  
الخضروات الخضراء . الفواكه الحديثة كالكريز . عصير العنب .  
ومن المشروبات : ماء قيتيل وشراب الليمون وماء اقيان



الاغذية المتنوعة — اللحوم الحمراء . الكبد . المنخ . الكلى .  
خلاصة اللحم . السبانخ . اللويا . البنجر . الحمص . البسلة . العدس  
الهلون . عيش الغراب . الشكولاته . الشاي . القهوة . السلطة .  
الطماطم . البصل . الباذنجان . اللويا الخضراء ويستشار الطبيب  
في العلاج

### السمن المفرط وبيان علاجه الصحي

يعالج السمن المفرط بالوسائل الصحية الآتية ، لا باستعمال  
الادوية التي لا تفيد بدون تنظيم الغذاء

تلك الوسائل هي : السفر والتقوية الجلدية باستعمال ذلك  
بالروائح العطرية والحمامات باردة أو ساخنة بدرجة ٣٠ الى ٣٩  
والتمريبات العضلية بالالعب والمشي والرياضة اليومية وركوب الخيل  
والبسكيت وتحديد ساعات للنوم من ٦ الى ٨ ساعات واجتناب  
النوم بعد الاكل وتقوية وظيفة الكبد باستعمال المياه المسهلة التي  
قاعدتها كبريتات الصودا مثل فيلا كابرا Villa Kabras

ويبدأ بمعالجة المريض بالغذاء بأن يسطى كل يوم لبناً بمقدار ١٢٥٠  
جراماً يومياً وخمس يعضات وهذا القدر يؤخذ على خمس مرات

مدة عشرين يوما وبعد انتهاء تلك المدة يعطى اللحوم الخالية من  
الشحم والملح والاسماك المسلوقة وقليلًا من الخبز ويجتنب المشروبات  
السكرية والروحية

أما المأكولات الممنوعة فهي : الزبدة والسمن والزيت والنشاء  
والخضروات الناشفة كالحمص واللوبيا والبقول والعدس وحب الفوة  
ولازر . والفتورات والقشطة والبيرا وهاك ترتيب الغذاء

غذاء الصباح — ٢٥ جراما من الخبز ٥٠ جراما من اللحم البارد  
بدون سمن ٢٠٠ جرام من الشاي الخفيف بدون سكر  
غذاء الظهر — ٥٠ جراما من الخبز المحمص ١٠٠ جرام من اللحم  
أو بيضتان ١٠٠ جرام من إحدى الخضروات  
الخضراء . سلطة ١٥٠ جراما من اللبن الجديد  
فاكهة ناضجة

غذاء العشاء — ٥٠ جراما من الخبز ١٠٠ جرام من اللحم ١٠٠ جرام  
من الخضروات . سلطة . فاكهة ناضجة . ويلزم  
ترك شرب الماء على الأقل أو التقليل منه ويفضل  
شرب الماء بعد الطعام بساعتين ماء عادي أو ماء  
افياز وقبل النوم فمجال منعوق البابونج أو عرق النجيل

## الباب التاسع

### الاسعافات الطبية في أحوال التسمم

يلزم مراعاة ثلاثة أشياء أولاً اخراج السم . ثانياً استعمال مضادات السم . ثالثاً اصلاح ما أفسده السم . فنبدأ هذا الموضوع بذكر الاسعافات الوقتية التي يمكن عملها قبل استدعاء الطبيب لان الانتظار في هذه الاحوال بدون اسعاف قد ينشأ عنه موت المصاب ثم ينتدب الطبيب في كل حالة من الاحوال الآتية المذكورة

التسمم بالاحماض مثل حمض الفينيك -- يعطى المصاب مانيزيا مكلسة من ٢٠ الى ٣٠ جراماً مذابة في كوبية ماء أو ماء الصابون بكية وافرة أو الطباشير ممزوجاً بالماء ويثار القيء بالاصبع ويكرر تعاطي احد المحاليل المذكورة حتى يخرج القيء بدون رائحة ثم يسقى المصاب الماء الزلالى المكون من خفق زلال عشر بيضات في لتر من الماء

التسمم بالسليمانى — يعطى المصاب يياض البيض بكمية زائدة  
التسمم برواسب الصابون والنوشادر القوي — يعطى المصاب  
ماء ممزوجا بالخل بكمية زائدة أو عصير الليمون في الماء وبعد ذلك  
كمية وافرة من اللبن أو زيت الزيتون بمقدار ١٠٠ جرام في ٥٠٠  
جرام ماء أو الماء الزلالى ( يياض البيض مع الماء )

التسمم بالزرنيخ — يعطى المصاب زلال البيض أو اللبن أو  
زيت الزيتون بمقدار ١٠٠ جرام في ٥٠٠ جرام ماء أو ماء الشعير  
ومص قطع من الثلج لدفع الظأ والتدفئة بوضع زجاجات مملوءة ماء  
ساخنا حول الاطراف ووضع كيس من الكاوتشو مملوء ماء ساخنا  
على البطن

التسمم بالجوزار والزاج الازرق — يعطى كمية وافرة من اللبن  
وزلال البيض

التسمم بصبغة اليود ويودور البوتاسيوم واليودوفورم — يعطى  
بي كربونات الصودا بمقدار ١٠ جرامات في كوب ماء أو ملعقة من  
النشاء في كوب ماء

التسمم بشتات الفضة — يعطى المصاب ماء زلاليا وبعده كوب  
ماء محلول بها ملح الطعام بمقدار ملعقة صغيرة



التسمم بأملح الرصاص — يعطى بياض البيض والمائيزيا المذابة في الماء

التسمم بالبتروول ( المعروف بالجاز ) — يعالج باعطاء ماء زلالي والتدفئة والدلك

التسمم بمعجينة الفيران ورؤس عيدان الكبريت — يعطى زيت تربنتينا فرنساوي بمقدار ٣ جرامات في ٢٥ جرام ماء كل ربع ساعة مدة ساعة ثلاثة مرات في اليوم ويحترس من استعمال زيت التربنتينا الاميركاني أو النمساوي

التسمم بالزاج الابيض — يعطى كمية وافرة من بياض البيض واللبن ومنقوع الشاي

التسمم بالكحول أي المشروبات الروحية — يعطى ٥ نقط من روح النوشادر في كوب ماء ويصب الماء البارد على الرأس وبعد ذلك نستعمل المنبهات كالقهوة أو الشاي وان كان التنفس ضعيفا يستعمل له التنفس الصناعي ( راجع صحيفة ٢٧٩ من هذا الكتاب )

التسمم يبهز الخروع — يعطى اللبن بكمية زائدة ويشار القئ بالاصبع أو يعطى زيت الزيتون بمقدار ١٠٠ جرام في ٥٠٠ جرام ماء التسمم بالآفيون ومركباته كالودانوم والمورفين — يعطى كمية

وافرة من القهوة ويستعمل التنفس الصناعي كما ذكر واستنشاق  
الأوكسيجين Sacs à oxygéné يباع في الاجز اخانات داخل أكياس  
من الكاوتش.

التسمم بالتربنتينا . يعطى ٢٥ جراما من الملح الانكليزي في  
كوب ماء.

التسمم باللحوم والأسماك العفنة — يعطى مسهلا من كبريتات  
الصودا أو ماء معدنيا مثل قنلا كبراس ومنقوع الشاي أو القهوة  
التسمم بالغازات السامة كغاز الفحم أو غاز الاسيتاين — يوضع  
المصاب في محل طلق الهواء ويستعمل له التنفس الصناعي (راجع  
صحيفة ٢٧٩ . ن هذا الكتاب ) وتذلك أطرافه ويشم روح النوشادر  
وتعمل له حقنة شرجية من الماء المضاف اليه ملح الطعام ويصب  
الماء البارد على الرأس بهيئة (دوش) ويفيده استنشاق الأوكسيجين  
كما قدمنا في التسمم بالافيون

التسمم بالكوروفورم — يلزم اخراج لسان المصاب بمجذب  
طرفه بمنديل وإزالة الرأس ويوضع المريض في محل طلق الهواء ويعمل  
له التنفس الصناعي وحقنة ايتير تحت الجلد والتنبيه بالقرع بالاصبع  
على الانف أو القرع بلطف بفوطه مملوءة بالماء على البطن

## الاجز خانہ المنزلیہ

للاسعافات الوقتیة

---

أقراص حمض البوريك    بروس ولكم

لنزول    يستعمل بارشاد الطيب

صبغة اليود    »    »    »

كحول

روح النوشادر    يستعمل من الباطن بارشاد الطيب

بي ك بونات الصودا

مانيزيا مكلسة

زيت خروع

ايتير كبريتيك

حبر مصغ

شمع بسيط

قطن . شاش . أربطة

جليسرين

كونياك يستعمل بإرشاد الطبيب

فاليدول « » راسع صحيفة ٢٧٥

أقراص الفيناسيتين المركبة « » ٢٦٤

أقراص التمر هندي « » ٢٩٨

أقراص مرية فيشى « » ٢٩٨

مسحوق العرقسوس المركب « » ٢٩٨

ورق خردل

حقنة شرجية « » ٢٢١

حقنة كاوتشو

كيس كاوتشو لحفظ الثاج « » ٢٥٧

كيس من الكاوتشو لحفظ الماء الساخن

ترمومتر

كاسات هواء « » ٢٨٢

يجب حفظ هذه الادوية والادوات داخل دولاب مخصوص

ومفتاحه يحفظ بطرف رب المنزل ولا يستعمل شئ منها الا عند

الضرورة وهو المسئول عنها



يقول مصححه علي بن احمد الهواري

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قد صححت كتاب التدير العام في الصحة والمرض لمؤلفه  
حضرة الفاضل الدكتور محمد بك رشدي حكيمباشي محافظة مصر  
ذلك الكتاب الذي هو مع سهولة عبارته ولطيف اشارته قد  
حوى من علم الطب كنوزه . وجمع شوارده وحل رموزه . ولا  
غرو فعناية مؤلفه وتنقيبه على المفيد من الدواء وتشخيصه الداء  
بما حللاه به من الأشكال والرسوم التي وضع بها حقائق الادواء  
والعلاجات وقرب الى الافهام ما كان منها مجهولاً غير مفهوم  
ونخبته التامة بذلك الفن تنادى ما أحسن الصنع بعد الاختبار  
والتجربة . وبالجملة فهذا الكتاب على عملي . أتى على نهج  
قويم واسلوب بالمرام وفي . يجدر بالمدارس أن تعول في تعليم

قواعد الصحة عليه . وتلفت أنظار نظارها وطلابها اليه . ولا  
أكون مبالغا ان قلت ان اقتناء كل من تهمة صحته لهذا  
الكتاب يغنيه في كثير من الاحوال عن اقتداب الطيب .  
ويجعله حائزا من الصحة أوفى وأوفر نصيب . جزى الله مؤلفه  
عن صنيعه أحسن ما جازى به الساعين في النفع العام . وكال  
أعماله بالنجاح التام آمين

---

قد تم طبع هذا الكتاب في يوم ٢٧ شعبان سنة ١٣٣٠ هجرية  
موافق ١٠ اغسطس سنة ١٩١٢

---

# فهرست الكتاب

صحيفة		صحيفة
٤	تقديم الكتاب	١١ شكل الهيكل العظمي من
٤	تقسيم الانسان والهيكل	الاعضاء
	العظمي والوجه	١٢ شكل الهيكل العظمي من
٥	شكل الرأس والاذن	الخلف
٦	شكل العمود الفقري (سلسلة)	١٣ الاسنان
	(الظهر)	١٣ شكل الاسنان
٧	الاضلاع والاطراف واليد	١٣ العضلات
	والاصابع	١٤ شكل عضلات الجسم من
٨	شكل عظام اليد وسلاميات	الامام
	الاصابع	١٥ شكل عضلات الجسم من
٨	الطرفان السفليان والحوض	الخلف
٩	شكل عظام الحوض	١٦ الارتباطة
٩	الفخذ والماق والقدم	١٦ الاوتار
١٠	شكل عظام القدم	١٦ الغضاريف
	وسلاميات اصابعها	١٦ الاعصاب

( ب )

صفحة	صحيفة	
١٦	الشرابين	٢٢ كيفية الابصار
١٦	الاوردة	٢٢ حاسة السمع
١٦	الغدد	٢٤ شكل صيوان الاذن والقناة
١٧	المجموع العصبي	السمعية والاذن الباطنة
١٧	المنخ	٢٤ كيفية حصول السمع
١٨	شكلا السطح العلوي	٢٤ حاسة اللمس
	والسفلي المنخ	٢٥ الجلد والاداة والبشرة
١٩	شكل مقطوع المنخ والمخبيخ	والغدد الدهنية
	وأعلى النخاع الشوكي	٢٦ غدد العرق
	والاعصاب الخارجة منه	٢٧ شكل فوهات غدد العرق
٢٠	شكل منظر الدماغ	والغدد الدهنية وانتهاء
	والنخاع الشوكي من الخلف	فروع أعصاب الحس
	والاعصاب الخارجة منه	٢٧ الاظافر والشعر
٢١	العظيم السمبائي	٢٨ شكل بصيلات الشعر وغدد
٢١	الحواس الحس	العرق والغدد الدهنية حولها
٢٢	شكلا العين ومقطوع كرة العين	وبشرة الجلد وأدمته



( ج )

صفحة	صفحة
٢٩	حاسة الذوق ٣٧
٢٩	حاسة الشم ٣٨
٣٠	الاحشاء والجهاز الهضمي ٣٨
٣١	شكل الرئة اليمنى واليسرى ٣٩
	ومعظم الاحشاء من الامام ٣٩
٣٢	الغدة والبنكرياس والبلعوم والمرئ ٣٩
٣٣	المعدة ووظائفها ٣٩
٣٤	المعدي ووظيفته ٤٢
٣٤	الامعاء ٤٢
٣٥	الاثنا عشري والمعدي الغليظ ٤٣
	والقولون والمستقيم ٤٣
٣٦	شكل المعدي الدقيق والغليظ ٤٤
	والمستقيم ٤٤
٣٦	البنكرياس ٤٤
٣٧	وظيفة البنكرياس ٤٧
٣٧	الكبد ٤٧

صفحة	صفحة
٢٨	الدم ووظائفه وتركيبه ٥٥ الكليتان
	وظيفة كرات الدم ٥٥ الحالبان
٤٩	شكل كرات الدم الحمراء ٥٥ المثانة
	والبيضاء ٥٦ شكل الكلى
٤٩	الجهاز التنفسي ٥٨ الوسائط الضرورية للحياة
٤٩	الحنجرة ٥٨ الهواء
٥٠	لسان المزمار ٦٢ فساد الهواء
٥١	شكل الحنجرة والبلعوم ٦٤ الوقاية من فساد الهواء
	من الخلف ٦٥ معرفة كثافة الهواء
٥١	المزمار ٦٦ الغذاء
٥٢	القصبة ٦٨ أنواع الاغذية
٥٢	الرئتان ٦٩ الاغذية الحيوانية
٥٣	البلورة ٦٩ لبن البقر
٥٣	الحجاب الحاجز ٧٠ لبن الاتان
٥٣	التنفس ٧٠ لبن الماعز ولبن الغنم ولبن
٥٥	الجهاز البولي الجاموس

صحيفة	صحيفة
٧١ غش اللبن ومعرفة غشه	٨١ الاسماك المملحة والصدفية
٧٢ اللبن المغلي	٨١ الاغذية النباتية
٧٢ دقيق اللبن	٨٢ الحبوب ودقيق القمح
٧٢ لبن الياغورت (لبن الزبادي)	٨٢ أنواع الحبوب المختلفة
٧٣ الزبدة	٨٢ الذرة
٧٣ اقمشة	٨٢ الارز
٧٤ الجبن	٨٣ الخبز
٧٤ الشحم	٨٤ الخضروات والبقول
٧٥ البيض	الخضراء
٧٦ معرفة البيض الحديث من	٨٥ الفواكه
القديم	٨٥ البقول الجافة
٧٦ بيض الاسماك	٨٦ المواد النشوية والسكرية
٧٦ اللحوم	٨٦ النشا
٧٧ أنواع اللحوم المختلفة	٨٦ السكر
٨٠ الطيور	٨٧ الاملاح المعدنية التي تدخل
٨٠ الاسماك	في تكوين الاطعمة العادية

( و )

صحيفة	صحيفة
٨٧ الملح	٩٤ تطهير مياه الشرب
٨٨ البهارات	( ترشيحها )
٨٨ أوقات الطعام	٩٤ ترشيح مياه الشرب في المنازل
٨٨ غذاء الصباح	٩٤ تنظيف مرشحات مياه الشرب
٨٨ غذاء الظهر	٩٤
٨٨ غذاء العشاء	٩٥ اضرار الماء بالصحة
٨٨ أسباب المضم الصحي	٩٦ مياه الغسل والاستحمام
٨٩ شروط الطعام الصحية	٩٧ المياه المعدنية
٨٩ نوع الطعام	٩٧ مياه حمامات حلوان المصرية الكبريتية
٩٠ المياه	٩٨ مياه كرلسباد
٩١ ماء الشتاء	٩٩ مياه شاتلجيون
٩١ الثلج	٩٩ حمامات بوربون
٩١ ماء العيون والآبار	٩٩ مياه بوربول الزرنيجية بفرنسا
٩٢ مياه المستنقعات والبرك	١٠٠ مياه كونتريكسفيل بفرنسا
٩٢ الشروط الصحية لمياه الشرب	



( ز )

صحيفة	صحيفة
١٠٠ مياه افيان بفرنسا	١٠٨ ملابس الاطفال
١٠٠ مياه مندور بفرنسا	١١٠ المساكن
١٠٠ مياه مارينباد بالنمسا	١١٣ النور
١٠١ مياه أودياچ بفرنسا	١١٦ الرياضة
١٠١ مياه فيشي بفرنسا	١١٧ منافع الرياضة
١٠١ مياه فيتيل بفرنسا	١١٧ رياضة الاولاد والشبان
١٠٢ المشروبات الروحية	١١٨ رياضة البنات
١٠٣ المشروبات الغازية	١١٨ ضرر البنات من احتجاجهن
١٠٣ المنقوعات المنبهة	في البيوت
١٠٣ التدخين	١١٩ رياضة الضعفاء والشيخوخة
١٠٤ الاستحمام وفوائده	١١٩ أنواع الرياضة
١٠٥ الاستحمام بالماء البارد	١٢٠ الاقليم ( المناخ )
١٠٥ الحمام الفاتر والحمام الحار	١٢١ الاقليم الباردة
١٠٦ حمام البحر	١٢١ الاقليم المعتدلة
١٠٦ الاستحمام بالهواء	١٢٢ المنقولون من اقليم حار الى
١٠٧ الملابس	اقليم بارد

(ح)

مصححة	مصححة
١٢٣ النوم	١٣٣ الارضاع بواسطة مرضعة
١٢٥ تدير صحة المولود	أجنبية
١٢٥ استحمام الطفل عقب	١٣٣ انتقاء المرضعة
ولادته	١٣٥ علاقة الام بالمرضعة
١٢٧ ملابس الطفل	١٣٥ الارضاع بواسطة الثدي
١٢٧ غذاء الطفل في الثلاثة	الصناعي
الايام الاولى	١٣٦ كيفية غلي اللبن قبل تغذية
١٢٨ غرفة المولود	الطفل به
١٢٩ تغذية الرضيع	١٣٧ تعقيم اللبن
١٢٩ تغذية الرضيع بواسطة	١٣٩ كيفية اعطاء اللبن المعقم
ثدي أمه	للرضيع
١٣١ الارضاع بواسطة الام	١٣٩ الرضاعة المختلطة
١٣١ الرضاعة في مدة الستة	١٣٩ تغذية الطفل بعد الثمانية
الشهور الاولى	الشهور الاولى
١٣٢ كمية مدة الارضاع	١٤٠ كيفية صنع الاغذية من
١٣٢ شروط الرضاعة	المواد النشوية

( ط )

صحيفة	صحيفة
١٤١ دقيق اللبن	١٤٧ اسهال الاطفال ومعالجته
١٤١ فوسفاتين فالير	١٤٨ الاسهال الاخضر الذي
١٤٢ بناد بسكوت وتركيبه	يعتري الاطفال ومعالجته
١٤٢ راكاهو وتركيبه	١٤٩ سعال الاطفال ومعالجته
١٤٢ مسحوق الملتزفود	١٤٩ الامساك الذي يحصل
١٤٢ تغذية الطفل في الشهر	للاطفال ومعالجته
الثامن عشر	١٥٠ زكام الاطفال ومعالجته
١٤٣ التبليغ عن المولود بعد الولادة	١٥٠ التشنجات العصبية في
وعقاب من يتأخر عن التبليغ	الاطفال ومعالجتها
١٤٣ تطعيم الاطفال بالمادة	١٥٢ التهاب فم الاطفال المعروف
الجدريه وعقاب من يتأخر	بالقلاع وعند النساء بالحر
عن التطعيم	ومعالجته
١٤٤ فطام الطفل	١٥٢ احتقان اللوزتين في الاطفال
١٤٥ التسنين وأدواره	ومعالجته
١٤٦ معالجة عوارض التسنين	١٥٣ السعال الديكي للاطفال
١٤٦ رياضة الاطفال	ومعالجته

(ى)

صحيفة	صحيفة
١٥٤ النزلة الثانية للاطفال ١٦٧ السليمانى الاكال	
ومعالجتها	١٦٨ صبغة البود
١٥٤ الرمد الصديدي للاطفال ١٦٨ حمض الفينيك	
ومعالجته الوقتية	١٦٩ الكحول
١٥٥ بكاء الطفل	١٦٩ زهر الكبريت وكيفية
١٥٦ تعويد الطفل على الالاب	تطهير الاماكن من
١٥٦ التربية الاخلاقية	الحشرات
١٥٧ مشي الاطفال ومعالجته	١٧٠ الجير
١٥٧ أطوار الحياة	١٧٠ حرارة الجسم والنبض
١٥٩ المكروبات	والتنفس والبول في الحالة
١٦٥ التعقيم	الصحية والمرضية
١٦٦ شكل جهاز التعقيم بالماء	١٧١ درجة الحرارة الطبيعية في
١٦٦ شكل جهاز التعقيم بالحرارة	الانسان
الجافة	١٧٢ شكل جدول لبيان درجة
١٦٧ المواد المطهرة أو المضادة	الحرارة في الحالة المرضية
للعفونة	١٧٣ أنواع الترمومترات



( ك )

صحيفة	صحيفة
١٧٤ النبض	ومقاديرها
١٧٥ التنفس	١٨٦ الاسعافات الوقتية
١٧٥ البول في حالي الصحة	١٨٨ الطاعون
والمرض	١٩١ أشكال برغوث الجرذ
١٧٦ فحص الزلال في البول	الاوروبي وبرغوث الفار
١٧٦ معرفة وجود السكر في	وبرغوث الجرذ الهندي
البول	١٩٢ شكل سفينة من سفن الهند
١٧٨ الأمراض المعدية وطرق	وصلت الى بلاد الانجليز
الوقاية منها واسعافها	والجرذان تنزل منها كأنها
بالملاج	من البحارة والركاب
١٧٩ أشكال بعض أنواع	١٩٣ الحمى التيفودية ووسائطها
مكروبات الامراض المعدية	الصحية والمرضية
١٨٠ الكوليرا	١٩٨ الحمى التيفوسية وعلاجها
١٨١ أعراض الكوليرا	١٩٨ الحمى الراجعة
١٨١ الوسائط الصحية الواقية	١٩٩ حمى الدنج
١٨٦ المطهرات الواجب استعمالها	٢٠٠ الحمى الدماغية النخاعية

( ل )

محتوى	صفحة
٢٠١ ابيض ري ووسائطه الصحية	٢١٤ علامات الكلب المصاب بالكلب
٢٠٤ الجديري	٢١٥ شكل الترموكيز المستعمل
٢٠٤ انتسبة ووسائطها الصحية	٢١٦ الجذام وطرق الوقاية
٢٠٦ انقرمزية ووسائطها الصحية	٢١٦ السل الرئوي
٢٠٧ الدفتريا وعلاجها	٢١٨ شكل ميكروب السل في حالي الشفاء والبرت
٢٠٨ الحمرة وعلاجها	٢١٨ الجمة الخيش ووسائطها
٢٠٩ الجمة الخيش ووسائطها	٢١٨ الوسائط الصحية والمعالجة
٢١١ الحمى الصفراوية	٢٢٠ التهاب الغدة النكفية
٢١٢ الحمى المالطية	٢٢٠ السعال الديكي
٢١٣ الكلب	٢٢٠ حمى النفاث
٢١٤ علامات مرض الكلب في	٢٢١ شكل حقة شرجية
الانسان	٢٢٢ حمى الملاريا

٢٢٤ أشكال الناموس العادى ٢٤٠ التزيف الناشئ عن العلق

وناموس حمى الملاريا ومعالجته

٢٢٧ مرض النوم ٢٤٠ الغيار على الجروح

٢٢٨ شكل ميكروب مرض النوم ٢٤٢ الاربطة

٢٢٩ شكل ذباب مرض النوم ٢٤٢ الحرق ومعالجته

٢٣٠ مرض كالا ازار ٢٤٤ كيفية تجهيز ماء الجير

٢٣٢ قانون الاحتياطات الصحية بالمنازل

للوقاية من الامراض المعدية ٢٤٤ الكسور واسعافات الطبية

ومحاكمة من يهمل التبليغ ٢٤٦ شكل رباط الفك السفلي

عنها اذا كان مكسورا أو مخلوعا

٢٣٣ الاسعافات الطبية ٢٤٦ اسعافات كسور العضد

٢٣٤ الرض واسعافه والساعد

٢٣٥ الجروح وأنواعها ٢٤٧ شكل جبيرة بهيئة زاوية

٢٣٧ التزيف وأنواعه قائمة لحفظ كسور وخلوع

٢٣٩ اسعاف الجروح بالعلاج العضد والساعد بزاوية

واقاف تزيفها متحركة

( ن )

صحيحة	صحيحة
٢٤٨ شكل علاقة كسور وخلوع	٢٥٠ الاسعافات الوقتية في كسور
المضد والساعد واليد	وخلوع عظم الفخذ وكيفية
وتستعمل في كسور الترقوة	حمل المصاب
٢٤٨ شكل جبيرة من الخشب	٢٥١ الاسعافات الوقتية في كسور
٢٤٩ شكل جهاز كسر عظمي	الساق
الساعد	٢٥١ شكل ميزاب من السلك
٢٤٩ الاسعافات الوقتية في كسور	لكسور الساق
عظام اليد البسيطة والمضاعفة	٢٥٢ الاسعافات الوقتية في كسور
بجروح	القدم وجروحها
٢٥٠ شكل كف من الخشب	٢٥٢ شكل قدم من خشب
لحفظ كسور وجروح	٢٥٢ الخلع والوثي والعترة
الاصابع وخلع عظام الرسغ	٢٥٣ مرض التيتانوس واسعافاته
٢٥٠ الاسعافات الوقتية في كسور	الطبية
الضلع	٢٥٤ الجروح الناشئة من لدغ
٢٥٠ الاسعافات الوقتية في كسور	الثعبان وبعض الحشرات
عظام الحوض	واسعافاتها الطبية



(س)

صحيفة	صحيفة
٢٥٥ الجروح الناشئة من لدغ	النقطة عند العامة (
العقرب واسعافاتها الطبية	٢٦١ ضربة الشمس واسعافها
٢٥٥ الجروح الناشئة من لدغ	بالعلاج
بعض الحشرات ككأبي	٢٦٢ علامات حمى الشمس
شبت والزبور والنحل	واسعافاتها الطبية
٢٥٦ الارتجاج المخي واسعافه	٢٦٢ الارق ( عدم النوم )
بالعلاج	٢٦٣ الصداع ( آلام الرأس )
٢٥٧ شكل كيس لحفظ الثلج	ومعالجة كل منها وأنواعه
يوضع على الرأس	٢٦٦ دخول الأجسام الغريبة
٢٥٧ رض الدماغ واسعافه	في الأذن واسعافها
بالعلاج	٢٦٨ دخول الاجسام الغريبة في
٢٥٨ انضغاط الدماغ واسعافه	العين واسعافها
٢٥٨. الاغماء واسعافه بالعلاج	٢٦٩ الرعاف ( سيلان الدم من
٢٥٩ السكتة المخية واسعافها	الانف ) وعلاجه
بالعلاج	٢٧٠ دخول الاجسام الغريبة في
٢٦٠ الصرع ( المعروف بداء	داخل الأنف واسعافها

(ع)

صفحة	صفحة
٢٧٢	التزيف السني الذي يحصل ٢٨١ معالجة الزكام في
عقب استخراج السن	الانفلونزا
المسوس ومعالجته	٢٨١ معالجة السعال في الانفلونزا
٢٧٢	وقاية الاسنان من التسوس ٢٨٢ شكل محجم بحنفية
٢٧٣	تسكين آلام الأسنان في ٢٨٢ شكل محجم عادي
حالة التسوس	٢٨٢ الربو العصبي (ضيق النفس)
٢٧٤	التهاب اللوزة ومعالجته ومعالجته
٢٧٥	بحة الصوت ومعالجتها ٢٨٣ التزيف الرئوي ( أي
٢٧٦	شكل جهاز بخاري للحلق البصق الدموي) ومعالجته
٢٧٧	الاجسام الغريبة التي تدخل ٢٨٤ خفقان القلب ومعالجته
في الحنجرة واسعاقتها	٢٨٥ الذبحة الصدرية ( أي ألم
٢٧٨	الشنق واسعافه بالعلاج القلب ) ومعالجتها
٢٧٨	الفرق واسعافه بالعلاج ٢٨٦ دخول الأجسام الغريبة
٢٧٩	الحنق واسعافه بالعلاج في المريء واسعافها
٢٧٩	علامات الموت ٢٨٨ المغص المعدي ( أي الألم
٢٨٠	الانفلونزا ومعالجتها المعدي العصبي) ومعالجته

( ف )

صفحة	صفحة
٢٨٩	التزيف المعدي واسعافه
٢٩٩	البواسير واسعافاتها
٢٩٠	اليرقان الكبدي واسعافه
٣٠٢	البول اللبني للبلاد الحارة
٢٩١	المغص الكبدي (انصبات) ٣٠٢ احتباس البول
٣٠٣	عسر الحيض والمغص الرحمي
٣٠٣	التزيف الرحمي
٢٩١	الديدان المعوية ٣٠٤ تدير صحة الحامل
٢٩٣	شكل الدودة الوحيدة ٣٠٤ مواقيت الولاة
٢٩٣	الاسعافات الواقية من ٣٠٥ البول الدموي (البهارسيا)
٣٠٧	الديدان والعلاج ٣٠٧ سقوط الشعر وعلاجه
٢٩٤	التزيف المعوي واسعافه ٣٠٨ الاكزيما
٢٩٥	الاسهال البسيط واسعافه ٣٠٨ القوية الصفراء
٢٩٥	الدرنطاريا واسعافها ٣٠٩ الدمايل والخراجات
٢٩٦	الاسالك ووسائله العلاجية ٣٠٩ الجرب واسعافاته
٢٩٨	التهاب الاعور واسعافاته ٣١٠ القمل وعلاجه

(ص)

صحيفة

صحيفة

- ٣١١ الاغذية في الامراض ٣١٧ الغذاء في ارتخاء الامعاء  
٣١١ الغذاء في مرض التهاب ٣١٧ الغذاء في البول السكري  
اللوثة وأمراض الخنجر ٣١٨ الغذاء في مرض النقرس  
(الدفتريا)  
والحصيات الكلوية  
٣١١ الغذاء في أمراض ضيق  
والاملاح البولية  
المرئ ٣٢٠ الغذاء في البول الزلالي  
٣١٢ الغذاء في حالة زيادة ٣٢٠ الغذاء في الروماتيزم والالم  
الحوضة في المعدة أو وجود  
العصبي الوركي (عرق النساء)  
قروح بها وفي أحوال زيادة حمض  
٣١٣ الغذاء في حالة تمدد المعدة  
البوليك في البول  
٣١٤ الغذاء في حالة الدمبيسيا ٣٢١ السمن المفرط وبيان علاجه  
(سوء الهضم)  
الصحي  
٣١٥ الغذاء في الاسهال ٣٢٣ الاسعافات الطبية في أحوال  
والدوسنطاريا  
التسمم  
٣١٦ الغذاء في الامساك المزمن ٣٢٣ التسمم بالأحماض مثل  
٣١٧ غذاء المرضى بالبواسير  
حمض الفينيك



( ق )

صحيفة	صحيفة
٣٢٤ التسمم بالسليمانى	٣٢٥ التسمم بالزاج الابيض
٣٢٤ التسمم برواسب الصابون	٣٢٥ التسمم بالكحول
والنوشادر القوي	(المشروبات الروحية)
٣٢٤ التسمم بالزرنبخ	٣٢٥ التسمم ببذر الخروع
٣٢٤ التسمم بالجوزار والزاج	٣٢٥ التسمم بالأفيون ومركباته
الازرق	كالودانوم والمورفين
٣٢٤ التسمم بصبغة اليود .	٣٢٦ التسمم بالترينتين
ويودور البوتاسيوم .	٣٢٦ التسمم باللحوم والأسماك
واليودوفورم	العفنة
٣٢٤ التسمم بنترات الفضة	٣٢٦ التسمم بالغازات السامة
٣٢٥ التسمم بأملح الرصاص	كغاز الفحم أو غاز
٣٢٥ التسمم بالبترول (المعروف	الاسيتيلين
بالجاز)	٣٢٦ التسمم بالكوروفورم
٣٢٥ التسمم بعجينة الفيران	٣٢٧ الاجزخانة المنزلية
ورؤس عيدان الكبريت	للاسماقات الوقتية

















  
Bibliotheca Alexandrina  
  
0519697